自動 ホームベーカリー

パンくらぶ

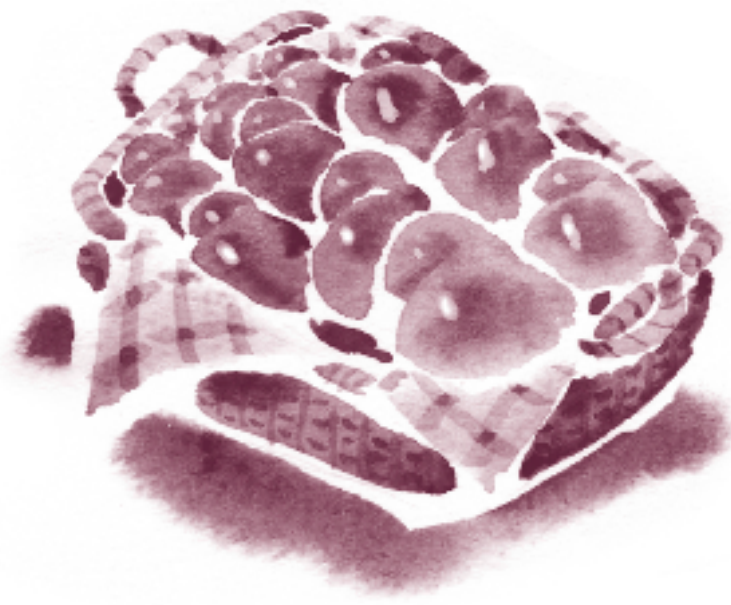
型名 BB-HS10

取扱説明書・お料理ノート

家庭用

このたびは、お買い上げいただき、まことにありがとうございました。
この「取扱説明書・お料理ノート」をよくお読みのうえ、正しくお使いください。お読みになったあとは、大切に保存してください。

保証書別添付

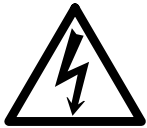
もくじ

安全上のご注意 必ずお守りください

ご使用の前に

※ここに表した注意事項は、あなたや他の人々への危害や損害を未然に防止するためのもので、「警告」「注意」の2つに分けてお知らせしています。
いずれも安全に関する重要な内容ですので、必ずお守りください。

	警告	取り扱いを誤ると、死亡または重傷などを負う可能性が想定される内容を表します。
	注意	取り扱いを誤ると、傷害または物的損害が発生する可能性が想定される内容を表します。

記号について

△記号は、警告・注意を促す内容があることを告げるものです。図の中に具体的な注意内容が描かれています。下図の場合は「感電注意」を表します。

⊘記号は、禁止の行為であることを告げるものです。図の中や近くに具体的な禁止内容が描かれています。下図の場合は「分解禁止」を表します。

●記号は、行為を強制したり指示したりする内容を告げるものです。図の中に具体的な指示内容が描かれています。下図の左は「差込みプラグを抜く」、右は必ず実行していただく「強制」内容です。

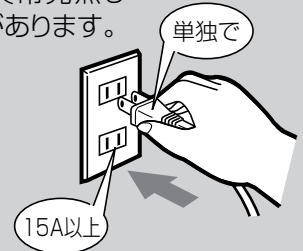
※お読みになった後は、お使いになる方がいつでも見られるところに必ず保存してください。
※お買い上げの商品と取扱説明書に記載しているイラストが異なる場合があります。

⚠ 警　告

■改造はしない。また修理技術者以外の人は、分解したり修理をしない

火災・感電・けがの原因となります。修理は、お買い上げの販売店またはメーカー指定のお客様ご相談窓口にご相談ください。

■定格15A以上のコンセントを単独で使う

他の器具と併用すると分岐コンセント部が異常発熱して発火することがあります。

■水につけたり、水をかけたりしない

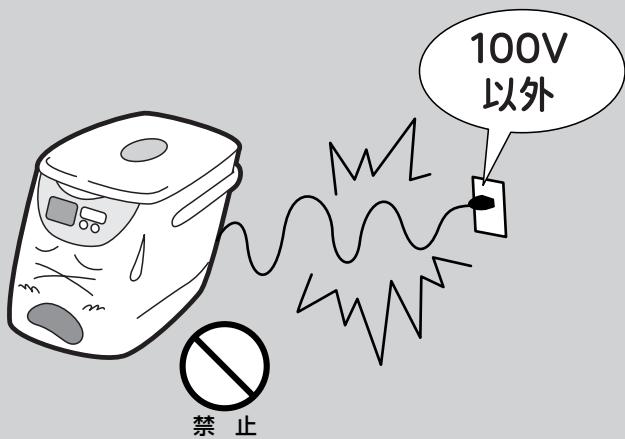
ショート・感電の恐れがあります。

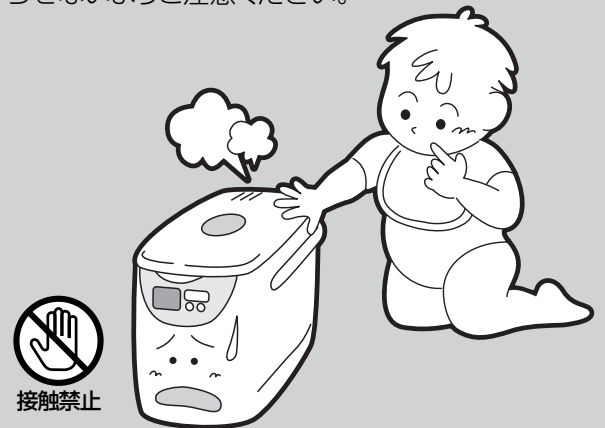
■子供だけで使わせたり、幼児の手の届くところで使わない

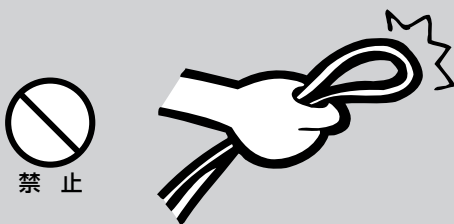
やけど・感電・けがをする恐れがあります。

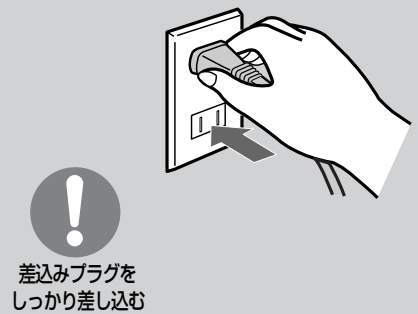
⚠ 警　告

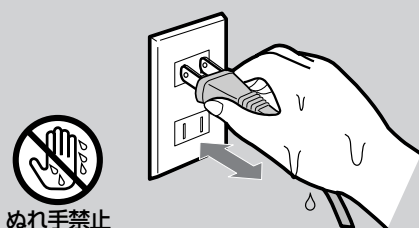
■交流100V以外では使用しない

火災・感電の原因となります。

■蒸気口に手を触れない

やけどをすることがあります。特に乳幼児にはさわらせないようご注意ください。

■電源コードを傷つけたり、破損したり、加工したり、無理に曲げたり、引っ張ったり、ねじったり、たばねたりしない

また、重いものをのせたり、挟み込んだり、加工したりすると電源コードが破損し、火災・感電の原因となります。

■差込みプラグは根元まで確実に差し込む

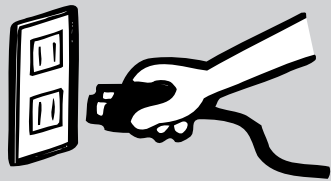
感電・ショート・発煙・発火の原因になります。

■ぬれた手で差込みプラグの抜き差しはしない

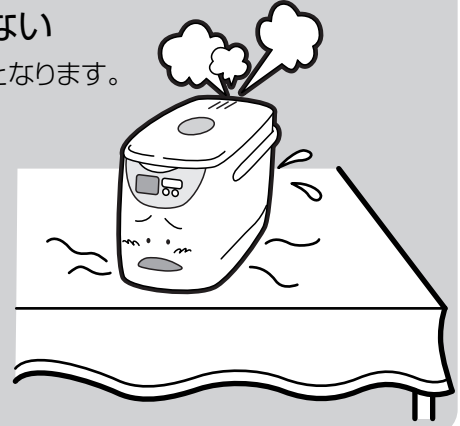
感電やけがをすることがあります。

■電源コードや差込みプラグが傷んだり、コンセントの差し込みがゆるいときは使用しない

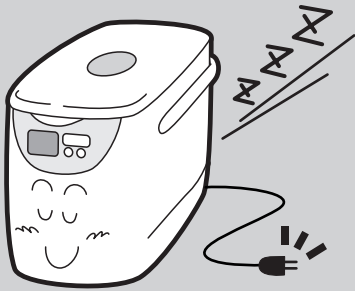
感電・ショート・発火の原因になります。

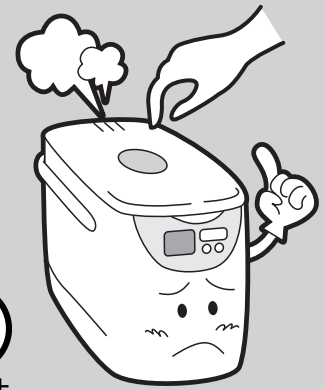
⚠ 注 意

■差込みプラグを抜くときは、電源コードを持たずに必ず先端の差込みプラグを持って引き抜く

感電やショートして発火することがあります。

■不安定な場所や熱に弱い敷物の上では使用しない

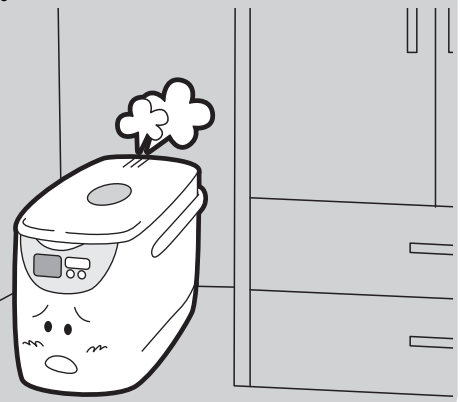
火災の原因となります。

■使用時以外は、差込みプラグをコンセントから抜く

けがややけど、絶縁劣化による感電、漏電火災の原因になります。

■使用中や使用後しばらくは高温部（本体・パンケース・庫内・ふた内側・ガラス窓など）に触れない

高温ですのでやけどの原因となります。

■お手入れは冷えてから行う

高温部に触れ、やけどの恐れがあります。

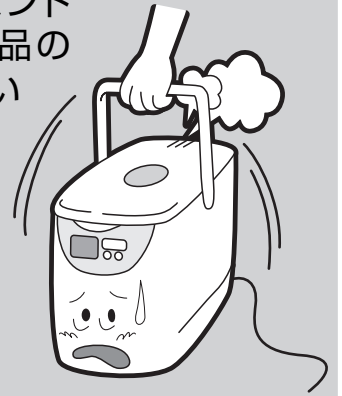
■壁や家具の近くで使わない

蒸気または熱で壁や家具を傷め、変色、変形の原因になります。

お願い

焼き上げ後、パンケース、庫内、ハネ、ふた内側など熱くなっていますのでパンケースを取り出すときは、必ずミトンやふきんを使う

やけどの恐れがあります。

使用中、本体ハンドルを持って、製品の持ち運びをしない

やけどやけがの原因になります。

焼き上がったパンを、パンケースから取り出すときは、パンケースハンドルをしっかりと持って取り出す

不安定な持ち方をすると、すべってやけどをすることがあります。

本体のパンケース取りつけ部に指を入れない

けがの原因になります。

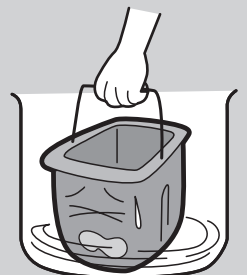
次のような場所で使わない

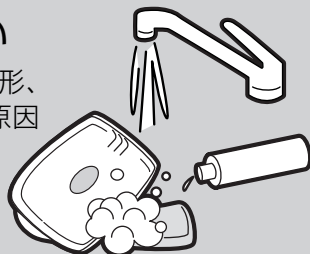
- ■火気や湿気のある所（本体が変形する原因になります。）
- ■直射日光の当たる所（故障の原因になります。）
- ■壁の近く（壁から約5cm以内）（蒸気により壁などを傷める原因になります。）

ふたや蒸気口にふきんをかけない

変形や変色の原因になります。

次の場合も故障の原因になりますので注意する

- ■パンケースの中や、ハネについた異物は、つけたままにしないでください。
- ■パン・ケーキ・ジャム・生地・生種つくり以外には使わないでください。
- ■決められた容量以上入れないでください。
- ■パンケースを変形させないでください。
- ■パンケースの連結部を水につけないでください。（腐食したり、回転軸が回らなくなることがあります。）

ふたの丸洗いはしない

内部に水がたまり、悪臭や変形、パンのできばえが悪くなる原因になります。

庫内はいつも清潔にする

汚れやカスをためたままにしていると、焦げることがあります。

各部のなまえとはたらき

ハネ
●回転軸に合わせて抜き差ししてください。（8ページ参照）

パンケースハンドル

パンケース

ふた

回転軸
●内側にあります。

ガラス窓

蒸気口

操作部

本体ハンドル

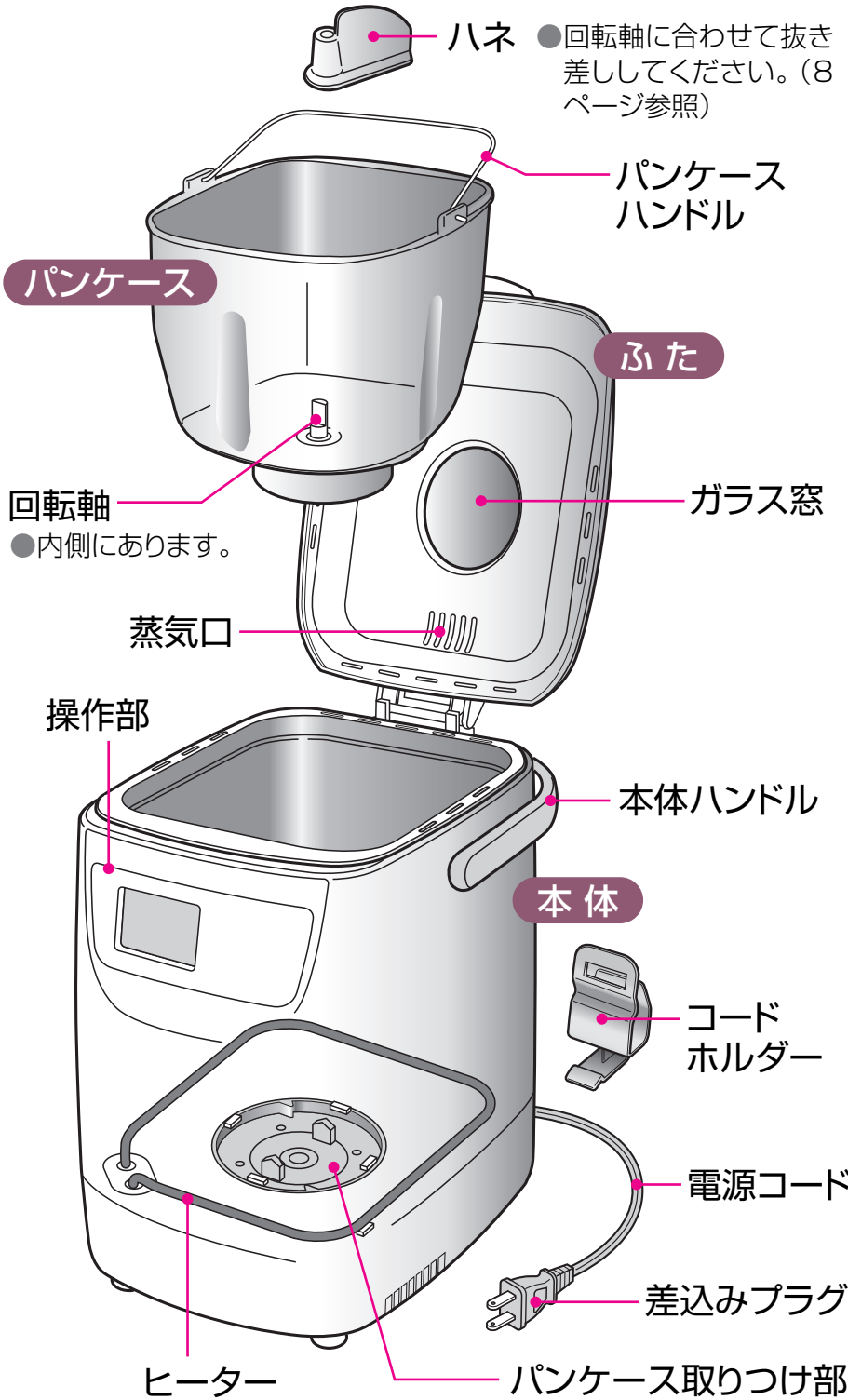
本体

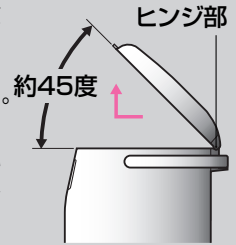
コードホルダー

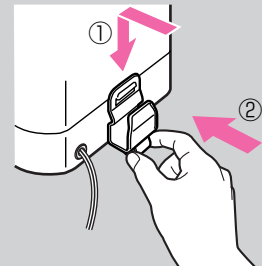
電源コード

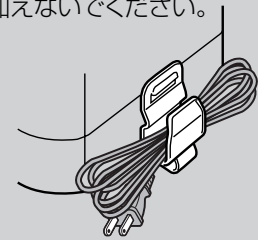
差込みプラグ

ヒーター

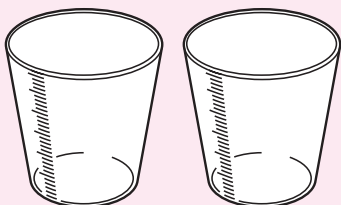
パンケース取りつけ部

ふたのはずし方・つけ方

①ふたを約45度開け、そのまま前に引いて持ち上げます。
②つけるときはヒンジ部にふたを差し込みます。

コードホルダーの取りつけ方・はずし方

●取りつけるときは、本体の凸部にコードホルダーの上部の穴を①の方向に入れ、コードホルダーの下部を②の方向に押します。
はずすときは、逆の手順ではずします。

電源コードの収納方法

●電源コードを折りたたみ、コードホルダーに収納します。
※使用の際は必ず電源コードをコードホルダーから取り出してください。
※電源コードを収納または取りはずすときは、無理に引っ張ったり、力を加えないでください。

容器（計量カップ）2個

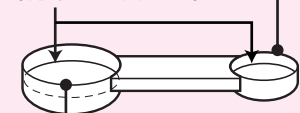
水などの液体をはかります。
また「生種つくり」の容器としても使います。

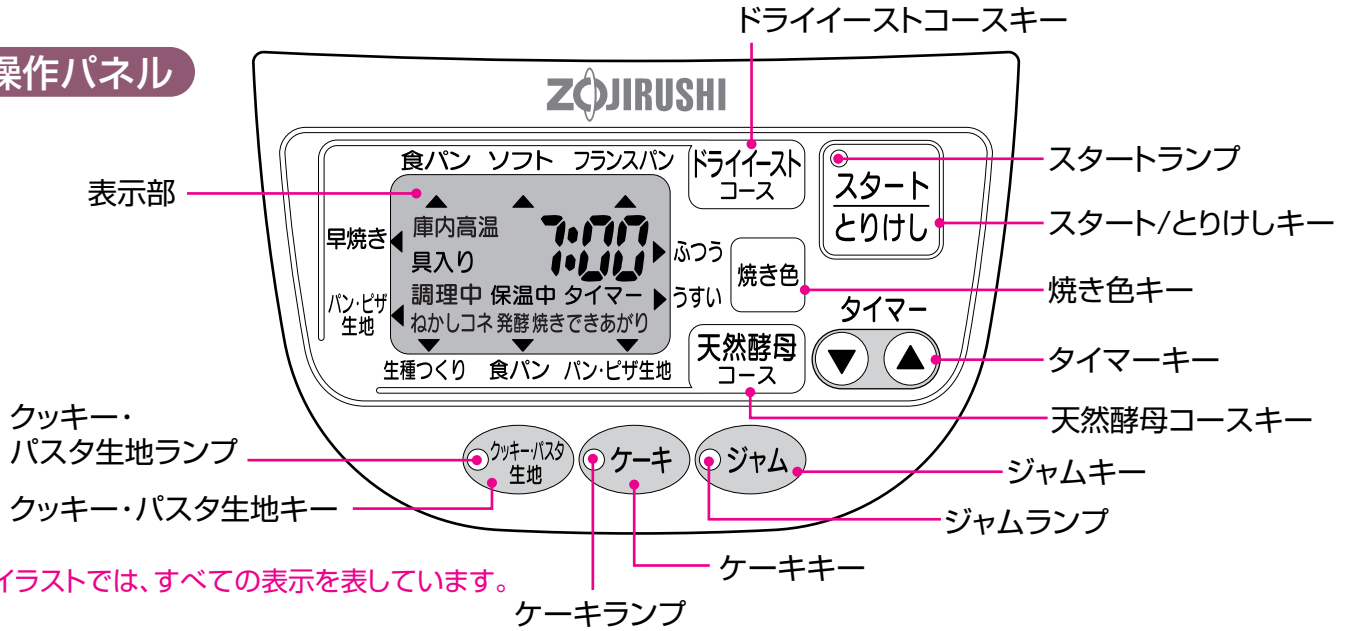
※粉類は、はかれません。

計量スプーン 1個

イースト、塩、砂糖などをはかります。

〈すりきり一杯当たりの重さの目やす〉

	小	大
ドライイースト	約3g	−
元種	−	約10g
生種	−	約13g
塩	約5g	−
スキムミルク	−	約6g
砂　糖	−	約8g

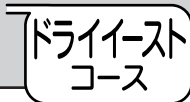
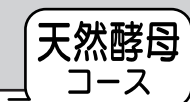
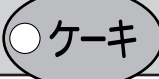
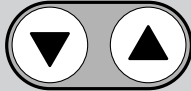
容量は市販の計量スプーンと異なります。

操作部の表示とはたらき

操作パネル

※イラストでは、すべての表示を表しています。

具入れ報知

「食パン」「ソフト食パン」「フランスパン」「早焼き食パン」を選んでスタートすると、約30分後（「早焼き食パン」は20分後）にブザーが鳴り、表示部に「具入り」を点滅表示して具入れのタイミングをお知らせします。
ただし、タイマー調理中にはこの報知は行いません。

メロディー音について

この製品は「タイマー予約セット完了時」と「できあがり時」のタイミングをメロディー音でお知らせします。

タイミング	メロディー音
●タイマー予約セット完了時	▶おおスザンナ
●できあがり時	▶アビニョンの橋で

コースについて

コース		説明
ドライイーストコース	食パン	3時間30分で食パンができあがります。 ※焼き色（うすい）の場合、できあがりは10分早くなります。
	ソフト食パン	しっとりやわらかな食パンを焼き上げます。3時間でできあがります。
	フランスパン	5時間でフランスパンができあがります。
	早焼き食パン	イーストを普通より少し多めに使用し、パンを早く焼き上げるコースです。 2時間でできあがります。少しイースト臭がすることがあります。 焼き色（うすい）の場合、できあがりは7分早くなります。
	パン・ピザ生地	バターロールやピザ、クロワッサンなどの生地を作るときに使うコースです。 1時間45分でコネから発酵まで行います。
天然酵母コース	生種つくり	天然酵母食パンやパン・ピザ生地に使う生種をつくります。約24時間発酵させます。
	食パン	7時間で食パンができあがります。 ※焼き色（うすい）の場合、できあがりは10分早くなります。
	パン・ピザ生地	天然酵母を使ったバターロールやピザ、クロワッサンなどの生地を作るときに使うコースです。4時間でコネから発酵まで行います。
クッキー・パスタ生地コース		クッキー生地やパスタ生地のコネを行います。 約13分で生地をコネ上げます。
ジャムコース		いちごやマーマレードなどの手作りジャムが簡単にできます。 1時間20分でできあがります。
ケーキコース		バターケーキなどのバターたっぷりでしっとりとしたケーキを焼き上げます。 約1時間45分でできあがります。 ※焼き色（うすい）の場合、できあがりは10分早くなります。

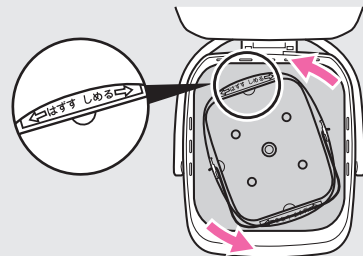
キーの説明

キー	説明
スタート/とりけしキー スタート とりけし	調理やタイマーをスタートするとき、調理が終わったときや、調理をとりけすときに押します。ケーキコースやクッキー･パスタ生地コースでは、再スタートのときにも使います。 調理中や保温中にとりけしするときは少し長めに（約0.5秒）押してください。（誤ってキーを押したとき、すぐには停止しないようになっています。）
ドライイーストコースキー ドライイースト コース	ドライイーストを使うコースを選ぶときに押します。 （食パン→ソフト食パン→フランスパン→早焼き食パン→パン･ピザ生地→食パンに戻ります。）
天然酵母コースキー 天然酵母 コース	天然酵母を使うコースを選ぶときに押します。 （生種つくり→食パン→パン･ピザ生地→生種つくりに戻ります。）
焼き色キー 焼き色	お好みの焼き色（ふつう･うすい）を選ぶときに押します。 （食パン（ドライイーストコース･天然酵母コース）、早焼き食パン、ケーキの各コースで使えます。）
クッキー･パスタ生地キー 	クッキー生地やパスタ生地つくりコースを選ぶときに押します。
ケーキキー ケーキ	ケーキつくりコースを選ぶときに押します。
ジャムキー ジャム	ジャムつくりコースを選ぶときに押します。
タイマーキー タイマー 	焼き上がりまでの時間をセットするときに押します。 食パン（ドライイーストコース･天然酵母コース）、ソフト食パン、フランスパンの各コースで使えます。※具入りの場合は使えません。 ▲を押すごとに10分単位で増え、▼を押すごとに10分単位で減ります。（13時間までセットできます。）押し続けると早送りができます。

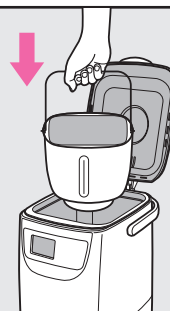
各部の扱い方

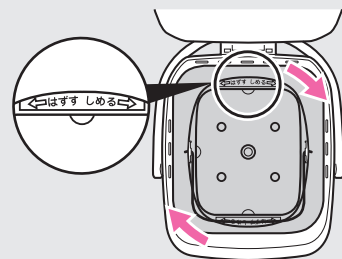
パンケース

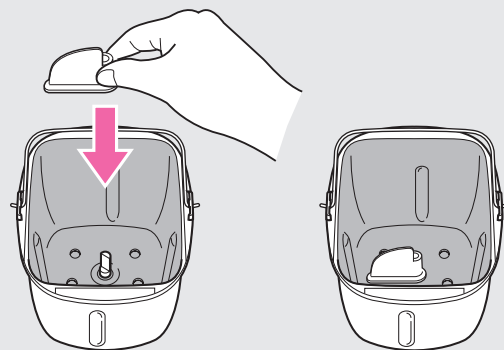
●取り出し方

パンケースを「はずす」の方向に回し、取り出します。

●取りつけ方

1 パンケースを庫内中央に入れます。

※ヒーターに当たらないようにご注意ください。

2 パンケースの「しめる」の方向に回し、セットします。

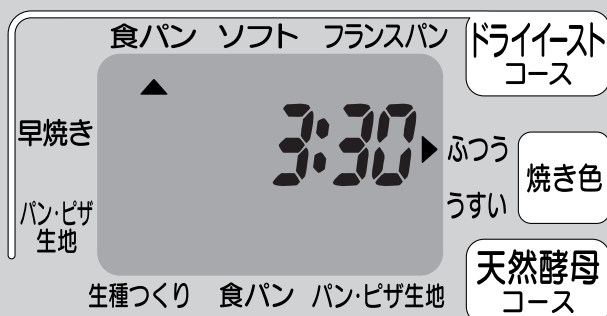
ハネ

●取りつけ方

回転軸とハネの穴の形を合わせ確実に取りつけます。
※ハネは確実に取りつけてください。浮き上がっているとパンができません。

タイマーの使い方

食パン（ドライイーストコース・天然酵母コース）、ソフト食パン、フランスパンコースに使えます。
焼き上がりまでの時間を、10分単位で13時間までセットできます。
※いずれのコースも具入りの場合、タイマーは使えません。

セットのしかた

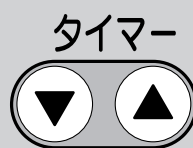
1 **ドライイーストコースキーで食パン、ソフト食パン、フランスパンまたは、天然酵母コースキーで食パンのいずれかを選ぶ**

選んだコース（▲マーク）と調理時間を表示します。

2 **焼き色キーを押し「ふつう」・「うすい」どちらかを選ぶ**

※「ソフト食パン」「フランスパン」は使えません。

3 **タイマーキーで時間を合わせる**

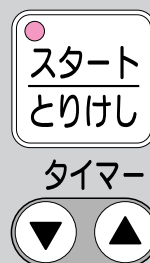
▲ 押すごとに10分単位で増えます。

▼ 押すごとに10分単位で減ります。

タイマー ▼ ▲

※押し続けると早送りができます。

4 **スタート/とりけしキーを押す**

焼き上がりまでの残り時間を1分単位で表示します。
メロディーが鳴り**タイマー**が点灯、**調理中**が点滅表示され、**スタートランプ**が点灯します。

スタート とりけし

タイマー ▼ ▲

お願い
次のような材料を使用する場合には、タイマーを使わないでください。
牛乳、ジュース、野菜、卵など（腐敗することがあります。）

パンとケーキづくりの材料と道具

材料

※表の他に●スキムミルク●上白糖などが必要です。

道具

※メニューにより次の道具が必要です。
●フライパン●オーブンシート●型 など

小麦粉	●パンづくりは一般にたんぱく質の多い強力粉を使います。（パンの種類により薄力粉を混ぜることもあります。） ●水でねるとタンパク質が結合してグルテンをつくります。 ※国内産の小麦でつくった小麦粉は、収穫時期や銘柄によりタンパク質の量が異なるため、パンの膨らみに差ができることがあります。
塩	●生地のグルテンを安定させます。 また、発酵しすぎを押さえる役目もします。
乳製品	●スキムミルクや牛乳のことで、パンの光沢や風味を良くし、パンのやわらかさを保ちます。
ドライイースト	●予備発酵のいらないものを使います。適度な温度・水・糖分を与えると活動して、炭酸ガスを発生させパンを膨らませます。
天然酵母パン種(元種)→生種	●天然植物から培養された酵母ですが、発酵力の強弱や生育時の温度管理が難しいなど菌数（発酵力）が不安定なものです。また元種は、酵母が休眠している状態で、そのままでは使えません。「生種」としてつくり、活性化させて使います。
砂糖	●イーストの発酵を助け、焼き色や風味を良くし、パンのやわらかさを保ちます。
バター	●やわらかく、ツヤのあるパンに仕上げます。
水	●他の材料を溶かし合わせたりパンをやわらかくする役目をします。
卵	●味と香り、色つやをよくします。

天然酵母コースで使うパン用酵母

菌数が安定している「ホシノ天然酵母パン種」をお使いください。

品　名	ホシノ天然酵母パン種 50g×5袋入り
お申込み先	●㈱富澤商店　☎(042)776-6488

●パン種に関するお問い合わせ
㈲ホシノ天然酵母パン種
お客様ご相談窓口　☎(042)737-7825

お願い

●天然酵母パン種（元種）は、賞味期限が切れていないものを使い、必ず密閉して冷蔵庫で保存してください。

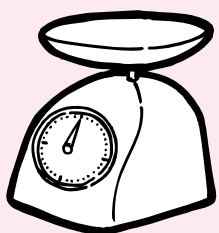
おいしく頂くために

1 材料は新鮮なものを

●**粉は湿気がキライです。**
製造年月日の新しいものを選び開封後はできるだけ早目に使いましょう。

●**イーストについて**
このホームベーカリーのドライイーストコースでは「予備発酵のいらないドライイースト」を使用してください。
イーストは生き物です。製造年月日の新しいものを選び開封後は密閉して冷蔵庫または冷凍庫に入れて保存しましょう。

2 材料は正確に

●**正確にはからないと、できあがりが悪くなってしまいます。**
- はかるときは、材料用のはかり（1目盛10g以下のもの）をお使いください。
- 付属のスプーンではかるときはすりきりではかってください。押しつけたりすると正確にはかれません。

3 保存のしかた（パン・ケーキ）

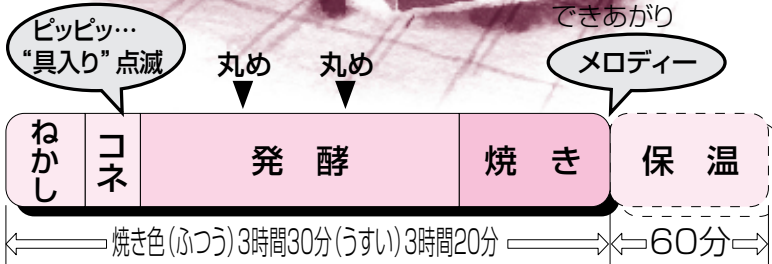
●しばらく置いてから食べるときは、ビニール袋などに入れて、乾燥を防いでください。
●冷凍して保存するときはよく冷ましてからラップに包むか、ビニール袋に入れ冷凍庫へ入れます。
●生地を冷凍保存するときは、ガス抜きをして分割し、丸めたものをラップをして冷凍します。焼く前日に冷蔵庫にうつしておき、解凍してから成形、二次発酵、焼き上げを行ってください。

パンミックスについて

1回分の材料をパックした便利な食パン用パンミックス1斤用があります。
パンミックスを使うと計量の手間が省けパンづくりがグンと手軽になります。
※パンミックスは、象印製品取扱店でお求めいただけます。
※パンミックスは、天然酵母コースにもお使いいただけます。

お願いとお知らせ

●種のあるドライフルーツ類は種を取り、ナッツ類（くるみなど）は、約5mm以下に砕いてください。（故障の原因になります。）
●加える材料の種類、湿度、季節などにより混ざりにくい場合があります。

ドライイースト 食パンコース

材料	1斤分	
水	210mL	
強力粉	290g	
砂糖	16g	大2
スキムミルク	6g	大1
塩	5g	小1
バター	15g	
ドライイースト	3g	小1

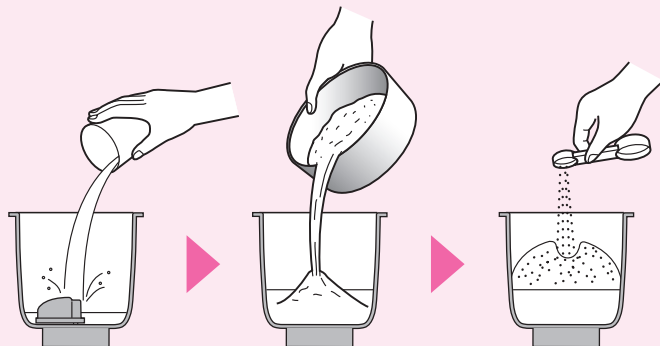
◆大1は、付属のスプーン（大）ですりきり一杯。小1は、付属のスプーン（小）ですりきり一杯を表しています。

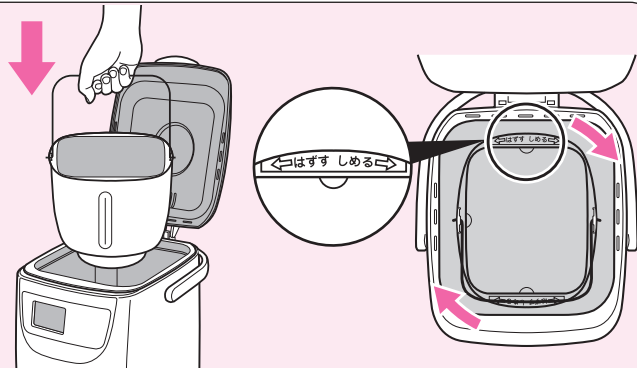
スタートして約30分後に、具入れのタイミングをお知らせするブザー（ピッ×15回）が鳴り、**具入り**を点滅表示（30秒間）します。具を入れるときは、パン生地（ハネ）が回転していますので、ご注意ください。具を入れたあとは、すぐにふたを閉めてください。

準備・パンを焼く

1 ハネをセットし、パンケースに材料を正確に計量し、入れる

（材料の分量は各レシピを参照してください。）

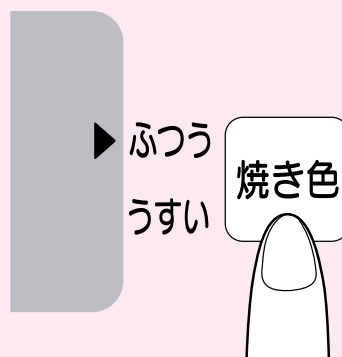
1. 水を入れます。
2. 強力粉・砂糖・スキムミルク・塩・バターを入れます。
3. ドライイーストを入れます。
ドライイーストは水にふれないように粉の中央にくぼみを作って入れます。
※水の中にドライイーストが入るとパンがうまくできないことがあります。

2 パンケースを入れ、ふたを閉める

1. パンケースを庫内中央に入れます。
2. パンケースを「しめる」の方向に回し、セットします。
3. ハンドルを倒し、ふたを閉めます。

3 通電する

差込みプラグをコンセントに確実に差し込みます。

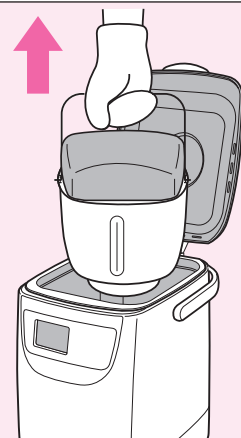
4 スタートさせる

❶ドライイースト「食パン」コースになっているか確認し、焼き色キーを押し**「ふつう」**・**「うすい」**どちらかを選びます。

❷スタート/とりけしキーを押します。
調理中が点灯し、ねかし工程の後、コネがスタートします。スタートランプが点灯します。
※ねかし工程ではハネは回りません。
できあがりは焼き色（ふつう）3時間30分後（うすい）3時間20分後です。
（できあがりまでの残り時間を1分単位で表示します。）
◆タイマーを使う場合→9ページ「タイマーの使い方」をご覧ください。

※焼き上げ中は、本体が熱くなります。やけどをする恐れがありますのでご注意ください。
※途中で調理を中止する場合はスタート/とりけしキーを少し長めに押してください。

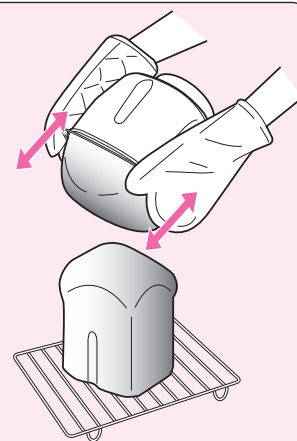
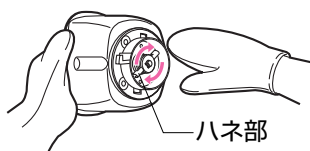
5 パンケースを取り出す

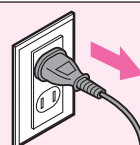
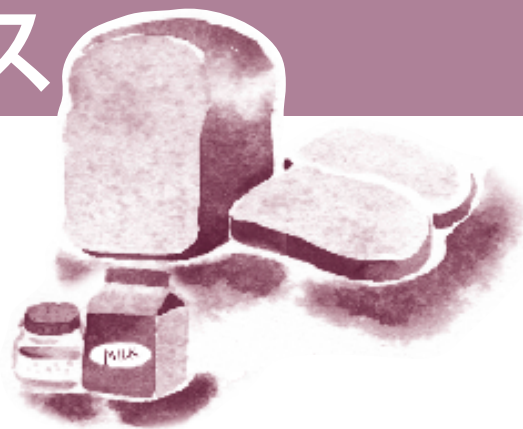
できあがるとメロディーが鳴り、**できあがり**が表示されます。
スタート/とりけしキーを少し長めに押し、ふたを開けてミトンやふきんなどを使って取り出します。

スタート/とりけしキー を押さない場合
※60分間保温しますが、そのまま放置すると側面がへこんだり、皮が厚く焼き色が濃くなることがありますので、ミトンやふきんなどを使ってできるだけ早く取り出してください。
（食パン、ソフト食パン、フランスパン、早焼き食パンコースの場合のみ）
※熱くなったパンケースを熱に弱い敷物などの上に置かないでください。敷物の破損の原因になります。

6 パンを取り出す

パンケースを逆さにし、パンケースハンドルを押さえて持ち、強く数回振って、パンを取り出します。アミなどで浮かし、パンの底の蒸気を逃がすようにして、あら熱を取ります。

※やけどをしないように取り出してください。
※パンのできあがり状態によっては取り出しにくい場合があります。
※パンといっしょにハネがはずれてしまった場合、熱くなっていますので、はしなどで取り出してください。
※フランスパンなどのかたいパンを取り出すときは、パンケースの裏側のハネを左右に少し動かすと取り出しやすくなります。

ハネ部

7 使用後は

差込みプラグを持って、コンセントから抜きます。

ドライイースト 食パンコース

つくり方：パンケースに、水＋基本材料＋追加材料＋ドライイーストの順に入れ、食パンコースでつくります。
※ドライイーストは水にふれないように粉の中央に入れます。
タイマー このマークのあるものはタイマーが使えません。

●野菜でヘルシーパン

	メニュー名	水	基本材料	追加材料	ドライイースト
タイマー	ほうれん草パン	水…170mL	強力粉…290g 砂糖…16g（大2） スキムミルク…6g（大1） 塩…5g（小1） バター…15g	ほうれん草（ゆでたもの）…50g ※注1	ドライイースト…3g（小1）
タイマー	かぼちゃパン	水…160mL	（同上）	かぼちゃ（正味）…50g ※注2	（同上）
タイマー	にんじんパン	水…160mL	（同上）	にんじん（すりおろしたもの）…70g	（同上）
タイマー	トマトバジルパン	トマトジュース…220mL	強力粉…290g 砂糖…16g（大2） スキムミルク…6g（大1） 塩…5g（小1） オリーブ油…12g（大1）	乾燥バジル…小1～2 ガーリック（粉末）…小¼～½	（同上）
タイマー	じゃがいもパン	じゃがいものゆで汁…60mL 卵…50g（中1個）	強力粉…180g 砂糖…12g（大1½） サワークリーム…60g 塩…2.5g（小½）	じゃがいも（正味）…60g ※注3 アニスシード…小⅓	（同上）

※注1：ほうれん草は、葉先のやわらかい部分をゆで（生のほうれん草を使う場合は約100gゆでる）、みじん切りにして水けをしぼったものを使います。
※注2：かぼちゃは、ゆでてつぶし、人肌に冷ましたものを使います。きれいな黄色に仕上げたい場合は皮をむきます。
※注3：じゃがいもは皮をむき、ゆでてつぶし、人肌に冷ましたものを使います。じゃがいものゆで汁は、よく冷ましたものを使います。

●穀物で繊維たっぷり

メニュー名	水	基本材料	追加材料	ドライイースト
全粒粉パン	水…210mL	強力粉…150g 砂糖…16g（大2） スキムミルク…6g（大1） 塩…5g（小1） バター…15g	全粒粉…140g	ドライイースト…3g（小1）
ライ麦パン	水…210mL	強力粉…200g 砂糖…16g（大2） スキムミルク…6g（大1） 塩…5g（小1） バター…15g	ライ麦粉…90g	（同上）

●お菓子なパン

	メニュー名	水	基本材料	追加材料	ドライイースト
	ハニーパン	水…200mL	強力粉…290g はちみつ…50g スキムミルク…6g（大1） 塩…5g（小1） バター…15g	なし	ドライイースト…3g（小1）
タイマー	いちごミルクパン	牛乳…115mL	強力粉…290g コンデンスミルク…80g（大4） いちごジャム…46g（大2） 塩…5g（小1） バター…15g	いちご（正味）…70g（よくつぶしたもの）	（同上）

ドライイースト 食パンコース(具入り)

※具入りの場合、タイマーは使えません。

つくり方： **具入り**以外の材料を食パンと同じ要領でセットし、食パンコースでつくります。
約30分後、ブザーが鳴ったら、ふたを開けて**具入り**の材料を生地の上に少量ずつ加え、ふたを閉めます。
※**具入り**の材料を一度に入れると、とび出すことがありますのでご注意ください。

●ドライフルーツやナッツを入れて

メニュー名		水		基本材料		ドライイースト		具入り
ぶどうパン	=	水…210mL	+	強力粉…290g 砂糖…16g(大2) スキムミルク…6g(大1) 塩…5g(小1) バター…15g	+	ドライイースト…3g(小1)	+	干しぶどう…70g (ラム酒漬けのものを使うと、いっそう風味がよくなります)
ヨーグルトぶどうパン	=	水…130mL ヨーグルト(プレーン)…80g	+					
くるみパン	=	水…210mL	+		+		+	くるみ(砕いておく)…50g

●コーンを入れて

メニュー名		水		基本材料		ドライイースト		具入り
コーンパン	=	水…190mL	+	強力粉…290g 砂糖…16g(大2) スキムミルク…6g(大1) 塩…5g(小1) バター…15g	+	ドライイースト…3g(小1)	+	コーン(水けをとったもの)…70g
コーン&ごまパン	=		+		+		+	コーン(水けをとったもの)…70g 黒ごま…9g(大さじ1)
コーン&ベーコンパン	=		+		+		+	コーン(水けをとったもの)…50g ベーコン(5mm角に切る)…20g
コーン&オニオンパン	=		+		+		+	コーン(水けをとったもの)…50g オニオン(みじん切りにして透き通るまで炒める)…20g

●チーズを入れて

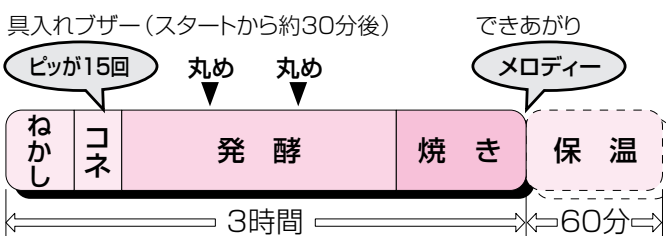
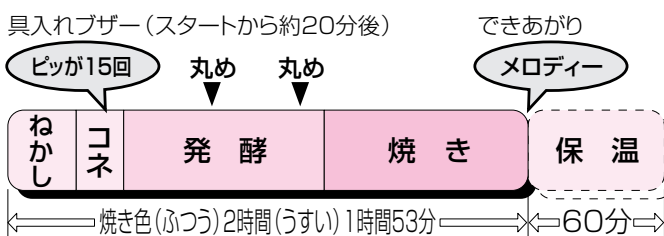
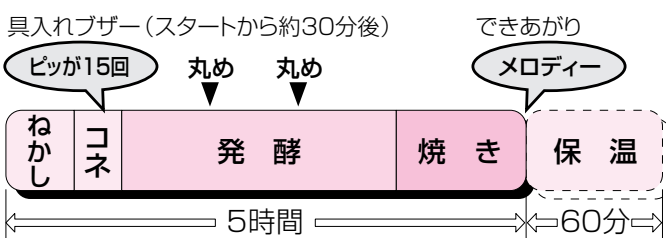
メニュー名		水		基本材料		ドライイースト		具入り
チーズパン	=	水…190mL	+	強力粉…290g 砂糖…16g(大2) スキムミルク…6g(大1) 塩…5g(小1) バター…15g	+	ドライイースト…3g(小1)	+	プロセスチーズ(5mm角に切る)…50g
チーズ&ごまパン	=		+		+		+	プロセスチーズ(5mm角に切る)…50g 黒ごま…9g(大さじ1)
チーズ&ベーコンパン	=	水…180mL	+	強力粉…270g 砂糖…16g(大2) スキムミルク…6g(大1) 塩…5g(小1) バター…15g	+		+	プロセスチーズ(5mm角に切る)…40g ベーコン(5mm角に切る)…20g
チーズ&オニオンパン	=	水…150mL	+		+		+	プロセスチーズ(5mm角に切る)…40g オニオン(みじん切りにして透き通るまで炒める)…20g

●変わり食パン

メニュー名		水		基本材料		ドライイースト		具入り
チョコレートパン	=	水…190mL	+	強力粉…270g ココア…4g(小2) 砂糖…16g(大2) スキムミルク…6g(大1) 塩…5g(小1) バター…15g	+	ドライイースト…3g(小1)	+	チョコチップ(細かく砕いたもの)…50g ※種類や温度により溶けない場合があります。
さつまいもパン	=	水…180mL	+	強力粉…270g 砂糖…16g(大2) はちみつ…20g(大1) スキムミルク…6g(大1) 塩…5g(小1) バター…15g	+		+	さつまいも(5mm以下のあられ切りにする)…70g 黒ごま…小1～2
グラノーラパン	=	水…230mL	+	強力粉…270g 砂糖…10g スキムミルク…6g(大1) 塩…5g(小1) バター…15g	+		+	グラノーラ(細かく砕く)…40g

ドライイースト その他の食パン

ソフト食パン、早焼き食パン、フランスパンコース

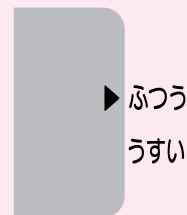
●ソフト食パンコース

●早焼き食パンコース

●フランスパンコース

1～3までの手順は、食パンコース（12ページ）をご覧ください。
（材料の分量は各レシピを参照してください。）

4 スタートさせる

1 ドライイーストコース キーを押し、コースを選びます。

※「ソフト食パン」「フランスパン」コースでタイマーが使えます。「早焼き食パン」コースではタイマーが使えません。（9ページ参照）

2 焼き色 キーを押し「ふつう」・「うすい」どちらかを選びます。

※「ソフト食パン」「フランスパン」コースは使えません。

3 スタート/とりけし キーを押します。

できあがりは
「早焼き食パン」は焼き色（ふつう）2時間後（うすい）1時間53分後、「ソフト食パン」は3時間後、「フランスパン」は5時間後です。

※焼き上げ中は、本体・ふたが熱くなります。やけどをする恐れがありますのでご注意ください。
※途中で調理を中止する場合は スタート/とりけし キーを少し長めに押してください。

5～7までの手順は、食パンコース（13ページ）をご覧ください。

ドライイースト 早焼き食パンコース

つくり方：パンケースに、水+基本材料+追加材料+ドライイーストの順に入れ、
早焼き食パンコースでつくります。
※ドライイーストは水にふれないように粉の中央に入れます。
※卵はときほぐしたものを使います。

メニュー名		水		基本材料		追加材料		ドライイースト
●基本メニュー								
早焼き食パン	=	水… 210mL	+	強力粉 …290g 砂糖 …16g（大2） スキムミルク …6g（大1） 塩 …5g（小1） バター …15g	+	なし	+	ドライ イースト… 4.5g （小1½）
●チャレンジメニュー								
もちもちパン	=	水… 210mL	+	強力粉 …260g 砂糖 …16g（大2） スキムミルク …6g（大1） 塩 …5g（小1） バター …15g	+	片栗粉…20g 白玉粉…20g	+	ドライ イースト… 4.5g （小1½）
メイプル シナモンパン	=	水… 170mL	+	強力粉 …290g スキムミルク …6g（大1） 塩 …5g（小1） バター …15g	+	メイプルシロップ…30g シナモン…小½	+	ドライ イースト… 4.5g （小1½）
ブリオッシュ	=	牛乳…120mL 卵…50g（中1個）	+	強力粉 …250g 砂糖 …8g（大1） 塩 …5g（小1） バター …60g	+	なし	+	ドライ イースト… 4.5g （小1½）

ドライイースト 早焼き食パンコース（具入り）

つくり方：**具入り**以外の材料を食パンと同じ要領でセットし、早焼き食パンコースでつくります。
約20分後、ブザーが鳴ったら、ふたを開けて**具入り**の材料を生地の上に少量ずつ加え、ふたを閉めます。

メニュー名		水		基本材料		ドライイースト		具入り
パネトーネ	=	牛乳…120mL 卵…50g（中1個）	+	強力粉 …240g 薄力粉 …50g 砂糖 …16g（大2） 塩 …5g（小1） バター …30g コアントロー …14g（大1） バニラエッセンス …小⅓ レモンエッセンス …小⅓ アニスシード …1.7g（小⅔）	+	ドライ イースト… 4.5g （小1½）	+	ドライフルーツ（みじん切り） 干しぶどう …50g 干しプルーン …20g オレンジピール…20g アンゼリカ …10g

◆ブランデーの香り高いクリームチーズを添えて
クリームチーズ200gを室温に戻し、なめらかにして、サワークリーム100gと粉砂糖大2を混ぜ合わせます。
ブランデー大3～4でのばして、パネトーネにつけていただきます。

メニュー名		水		基本材料		ドライイースト		具入り
ブルーベリー 紅茶パン	=	濃い紅茶液 …120mL （冷ましたもの） 卵…50g（中1個）	+	強力粉 …210g 薄力粉 …50g 砂糖 …40g 塩 …5g（小1） バター …20g	+	ドライ イースト… 4.5g （小1½）	+	干しブルーベリー （みじん切り）…80g （ラム酒漬けのものを使うと、 いっそう風味がよくなります）

●つくり方・メニュー

ドライイースト ソフト食パンコース

つくり方： パンケースに、水＋基本材料＋追加材料＋ドライイーストの順に入れ、
ソフト食パンコースでつくります。
※ドライイーストは水にふれないように粉の中央に入れます。
タイマー このマークのあるものはタイマーが使えません。

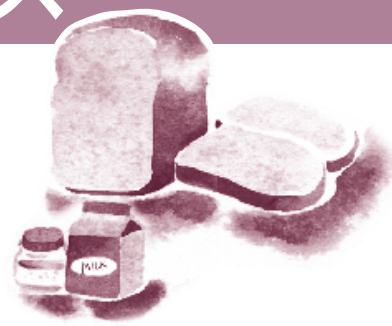
	メニュー名		水		基本材料		追加材料		ドライイースト
●基本メニュー									
	ソフト食パン	＝	水… 210mL	＋	強力粉 …260g 薄力粉 …20g 砂糖 …16g（大2） スキムミルク …12g（大2） 塩 …5g（小1） バター …20g	＋	なし	＋	ドライ イースト… 3g（小1）
●チャレンジメニュー									
タイマー	ミルクブレッド	＝	水…60mL 牛乳…100mL 卵…50g（中1個）	＋	強力粉 …260g 薄力粉 …20g 砂糖 …16g（大2） 塩 …5g（小1） バター …30g	＋	なし	＋	ドライ イースト… 3g（小1）
タイマー	バナナブレッド	＝	牛乳…80mL 卵…50g（中1個）	＋	強力粉 …260g 薄力粉 …20g 砂糖 …8g（大1） 塩 …5g（小1） バター …20g	＋	バナナ（よくつぶす）… 100g	＋	
タイマー	黒糖パン	＝	水…100mL 牛乳…100mL	＋	強力粉 …260g 薄力粉 …20g 黒糖（粉末）…24g（大3） 塩 …5g（小1） バター …20g	＋	なし	＋	
タイマー	ヨーグルトパン	＝	牛乳…130mL ヨーグルト （プレーン） …80g	＋	強力粉 …260g 薄力粉 …20g 砂糖 …16g（大2） スキムミルク …6g（大1） 塩 …5g（小1） バター …20g	＋	なし	＋	
タイマー	クリーム チーズパン	＝	水…160mL	＋	強力粉 …260g 薄力粉 …20g 砂糖 …24g（大3） 塩 …5g（小1） バター …20g	＋	クリームチーズ（室温にして、 なめらかにする）…70g	＋	
タイマー	生クリームパン	＝	水…180mL 生クリーム…30mL	＋	（同上）	＋	なし	＋	

ドライイースト ソフト食パンコース（具入り）

※具入りの場合、タイマーは使えません。

つくり方： **具入り**以外の材料を食パンと同じ要領でセットし、ソフト食パンコースでつくります。
約30分後、ブザーが鳴ったら、ふたを開けて**具入り**の材料を生地の上に少量ずつ加え、ふたを閉めます。

メニュー名		水		基本材料		ドライイースト		具入り
オレンジパン	＝	オレンジジュース （100%） …150mL 牛乳…60mL	＋	強力粉 …260g 薄力粉 …20g 砂糖 …16g（大2） 塩 …5g（小1） バター …20g	＋	ドライ イースト… 3g（小1）	＋	オレンジピール （みじん切り）…20g
抹茶小倉パン	＝	水… 210mL	＋	強力粉 …260g 薄力粉 …20g 砂糖 …48g（大6） スキムミルク …12g（大2） 塩 …5g（小1） バター …20g 抹茶 …2.4g（小2）	＋		＋	甘納豆…70g

ドライイースト フランスパンコース

つくり方：パンケースに、水+基本材料+追加材料+ドライイーストの順に入れ、フランスパンコースでつくります。
※ドライイーストは水にふれないように粉の中央に入れます。
タイマー（×）このマークのあるものはタイマーが使えません。

●基本メニュー

メニュー名		水		基本材料		追加材料		ドライイースト
フランスパン	=	水…200mL	+	強力粉…240g 薄力粉…50g 砂糖…4g（大½） 塩…5g（小1）	+	なし	+	ドライイースト…3g（小1）

●ガーリック風味にして

メニュー名		水		基本材料		追加材料		ドライイースト
ガーリックフランスパン	=	水…200mL	+	強力粉…240g 薄力粉…50g 砂糖…4g（大½） 塩…5g（小1）	+	ガーリック（粉末）…小¼	+	ドライイースト…3g（小1）
タイマー（×） ガーリックトマトフランスパン	=	トマトジュース…210mL	+	強力粉…240g 薄力粉…50g 砂糖…4g（大½） 塩…5g（小1）	+	ガーリック（粉末）…小¼	+	ドライイースト…3g（小1）

●穀物で繊維たっぷり

メニュー名		水		基本材料		追加材料		ドライイースト
全粒粉フランスパン	=	水…190mL	+	強力粉…200g 砂糖…4g（大½） 塩…5g（小1）	+	全粒粉…90g	+	ドライイースト…3g（小1）
ライ麦フランスパン	=	水…190mL	+	強力粉…240g 砂糖…4g（大½） 塩…5g（小1）	+	ライ麦粉…50g	+	ドライイースト…3g（小1）

ドライイースト フランスパンコース（具入り）

※具入りの場合、タイマーは使えません。

つくり方：**具入り**以外の材料を食パンと同じ要領でセットし、フランスパンコースでつくります。
約30分後、ブザーが鳴ったら、ふたを開けて**具入り**の材料を生地の上に少量ずつ加え、ふたを閉めます。

メニュー名		水		基本材料		ドライイースト		具入り
チーズフランスパン	=	水…170mL	+	強力粉…240g 砂糖…4g（大½） 塩…5g（小1）	+	ドライイースト…3g（小1）	+	プロセスチーズ（5mm角に切る）…40g
チーズ&ベーコンフランスパン	=	水…170mL	+	強力粉…240g 砂糖…4g（大½） 塩…5g（小1）	+	ドライイースト…3g（小1）	+	プロセスチーズ（5mm角に切る）…40g ベーコン（5mm角に切る）…10g
チーズ&ごまフランスパン	=	水…170mL	+	強力粉…240g 砂糖…4g（大½） 塩…5g（小1）	+	ドライイースト…3g（小1）	+	プロセスチーズ（5mm角に切る）…40g 黒ごま…9g（大さじ1）
チーズ&オニオンフランスパン	=	水…150mL	+	強力粉…240g 砂糖…4g（大½） 塩…5g（小1）	+	ドライイースト…3g（小1）	+	プロセスチーズ（5mm角に切る）…40g オニオン（みじん切りにして透き通るまで炒める）…20g

ドライイースト パン・ピザ生地コース

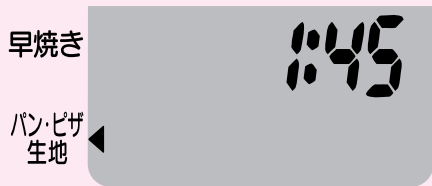
1～3までの手順は、食パンコース（12ページ）をご覧ください。
（材料の分量は各レシピを参照してください。）

4 スタートさせる

❶ ドライイーストコース キーを押し、**パン・ピザ生地**コースを選びます。
1:45が表示されます。

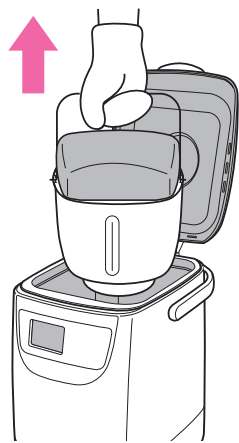
ドライイーストコース

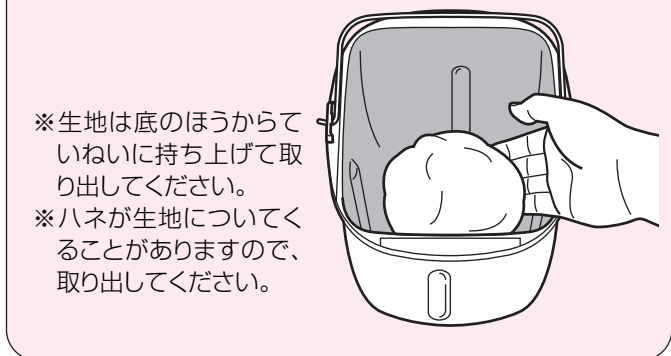
※焼き色キーとタイマーは使えません。

早焼き
1:45
パン・ピザ生地

❷ スタート/とりけし キーを押します。
調理中を表示し、ねかし工程の後、コネがスタートします。
※ねかし工程ではハネは回りません。
できあがりは1時間45分後です。（できあがりまでの残り時間を1分単位で表示します。）

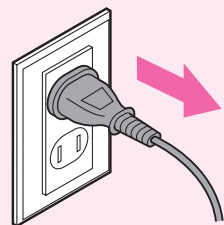
※途中で調理を中止する場合は
スタート/とりけし キーを少し長めに押してください。

5 パンケースを取り出す

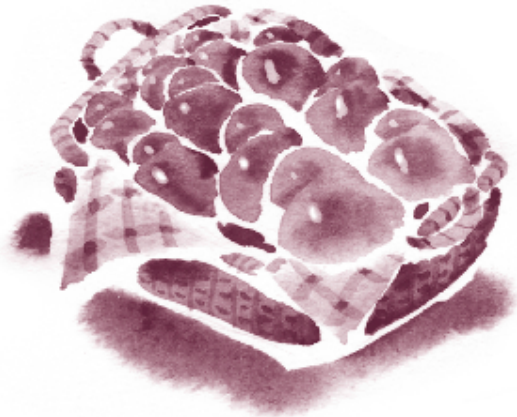
できあがるとメロディーが鳴り、**できあがり**が表示されます。スタート/とりけし キーを押し、ふたを開けて取り出します。

6 生地を取り出す

あらかじめ粉をふったこね板を用意しておき、パンケースの中で生地を中央にまとめ、こね板の上に取り出します。

※生地は底のほうからていねいに持ち上げて取り出してください。
※ハネが生地についてくることがありますので、取り出してください。

7 使用後は

差込みプラグを持って、コンセントから抜きます。

8 生地の成形から焼き上げまで

お好みに成形してオーブンで二次発酵・焼き上げを行ってください。

バターロール

材料	14個分	
牛乳	120mL	
卵	約50g	中1個
強力粉	300g	
砂糖	24g	大3
塩	3.3g	小2/3
バター	60g	
ドライイースト	3g	小1
ドリュウル(混ぜ合わせる)		
{とき卵	約25g	(中1/2個)
{水	14mL	(大1)

1 生地ができあがったら手で軽く押さえるようにしてガス抜きをします。

2 スケッパーで生地を14等分して、表面をなめらかになるように丸めます。生地が痛むので手でちぎらないようにします。

3 丸めた生地をキャンバス地に並べ、上からもキャンバス地をかぶせて、約20分休ませます。（キャンバス地がない場合は、ラップ材で代用してください。）

4 生地をころがして円すい形にし、めん棒で細長くのばします。次に幅の広い方から、巻いていきます。

5 油をぬったオーブン皿に巻き終わりを下にして並べ、霧を吹いて、30～35℃で30～40分、約2倍の大きさになるまで発酵させます。

6 ドリュウルをハケでぬり、約180℃に予熱したオーブンで10～15分焼きます。

パンバリエーション ※バターロール（14個分）の生地でつくります。

つくり方

1 『バターロールの生地14個分』を12等分にして丸め、キャンバス地をかぶせて約20分休ませます。

2 お好みの具を使って成形します。

生地の中に具を入れる場合：
生地をめん棒で円形にのばし、具を包み込み、とじ目をきっちりと押さえて、形をととのえます。

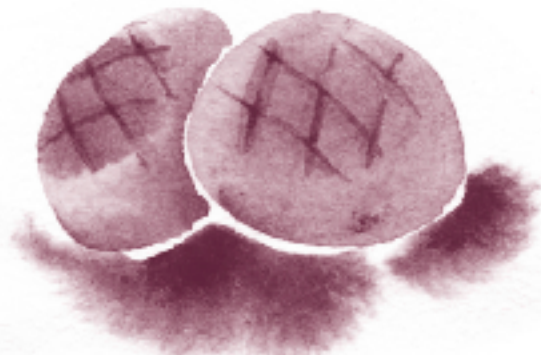
具を巻く場合：
バターロールの要領で生地を細長くのばし、具とともに巻きます。

3 バターロールと同じ要領で約2倍の大きさになるまで発酵させます。

4 ドリュウルをハケでぬり、飾り用の具をのせて、約180℃に予熱したオーブンで約10～12分焼きます。

メニュー	バリエーション
サラダパン	ポテトサラダや和風味ごぼうサラダなどを中に入れます。
惣菜パン	ソーセージを巻いたり、チーズ･ベーコン･コーンなどを入れます。
あんパン	こしあん30gを中に入れて、飾りにけしの実･くるみを上にのせます。
クリームパン	カスタードクリーム（26ページのアプリコットデニッシュでつくり方記載1～3）を中に入れます。また、上にのせてもおいしくできます。
ぶどうパン	シナモンをまぶした干しぶどうを入れます。

メロンパン ※バターロール（14個分）の生地でつくります。

材料	約12個分	
バターロールの生地14個分		
クッキー生地		
薄力粉	200g	
ベーキングパウダー	2.3g	小3/4
バター	80g	
砂糖	60g	
卵	約50g	中1個
バニラエッセンス	少々	
グラニュー糖	適宜	

つくり方

1 まずクッキー生地をつくります。薄力粉とベーキングパウダーは合わせてふるいます。

2 バターをなめらかなクリーム状にねり、砂糖を加えて白っぽくなるまで混ぜます。さらにとき卵を少しずつ加えて、よく混ぜ合わせ、バニラエッセンスも加えます。

3 2に1の粉類を3回ぐらいに分けて、サックリと混ぜ込み、ひとまとめにしてラップで包み、冷蔵庫で20分以上休ませます。

4 バターロールの生地をつくります。生地ができあがったら、軽くガス抜きをします。この生地を12等分して丸め、キャンバス地をかぶせて約20分休ませます。

5 3のクッキー生地を12等分して丸めて、平たい円形にのばします。

6 4の丸めた生地の底を残して、5のクッキー生地をすっぽりとかぶせ、丸く形を整えて、スケッパーで格子模様をつけます。

7 油をぬったオーブン皿に、6を間隔をあけて並べて約40℃で、約30分発酵させます。

8 グラニュー糖を表面にふり、約180℃に予熱したオーブンで13〜15分焼きます。

丸めた生地

クッキー生地をかぶせます。

スケッパーで格子模様をつけます。

ドーナツ ※バターロール（14個分）の生地でつくります。

材料（約16個分）	
バターロールの生地14個分	
揚げ油	適宜
グラニュー糖	適宜
パウダーシュガー	適宜

つくり方

1 バターロールの生地をつくります。生地ができあがったら、軽くガス抜きをします。この生地を16等分して丸め、キャンバス地をかぶせて約20分休ませます。

2 お好みの形に成形します。1.5cm厚さに生地をのばしてドーナツ型で抜いたり、細長く丸めた生地に切りこみを入れ、三つ編みにする方法などがあります。

3 打ち粉をふったオーブン皿に、2の生地を間隔をあけて並べ、約40℃で約30分、約2倍の大きさになるまで発酵させます。

4 揚げ油を約170℃に熱し、3を入れて、ときどき裏返しながら、こんがりと揚げます。

5 熱いうちに、グラニュー糖やパウダーシュガーをまぶします。

細長く丸めた生地に切りこみを入れ、三つ編みにします。

ブリオッシュ

材料	14個分	
牛乳	100mL	
卵	約100g	中2個
強力粉	300g	
砂糖	24g	大3
塩	2.5g	小½
バター	75g	
ドライイースト	3g	小1
ドリュウル（混ぜ合わせる）		
とき卵	約25g	中½個
水	14mL	大1

1 生地ができあがったら手で軽くガス抜きをし、スケッパーで14等分にします。

2 生地の表面がなめらかになるように丸めて、キャンバス地に並べ、上からもキャンバス地をかぶせて約20分休ませます。（キャンバス地がない場合はラップ材で代用してください。）

3 生地をだ円形に丸め、片方の端を小指で押さえるようにして、小さなこぶをつくります。

4 3の生地を、薄く油をぬったブリオッシュ型に入れます。こぶが中央にくるように、形をととのえます。

5 オーブン皿に、4の生地を並べて、約28℃で40～50分、約2倍の大きさになるまで発酵させます。

6 ドリュウルをハケでぬり、約180℃に予熱したオーブンで約15分焼きます。

シナモンロール※バターロール（14個分）の生地でつくります。

材料	10個分
バターロールの生地14個分	
Ⓐ グラニュー糖	大2（16g）
Ⓐ シナモン	小1
Ⓐ 干しぶどう	50g

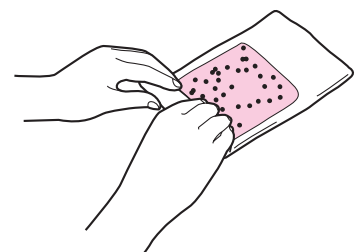
Ⓐは合わせておきます。

つくり方

1 生地ができあがったら、軽く丸め、スケッパーで2等分にします。

2 一つの生地をめん棒で長方形にのばし、生地の手前¾にⒶの半分量をまんべんなくのせます。生地を手前からロール状に巻き、巻き終わりの端はきちんとくっつけておきます。
※もう一つの生地も同様にします。

3 2のロール状生地1本を5等分に切る。オーブン皿にクッキングシートを敷き、切り口を上にして並べ、室温で約20分休ませます。

4 ドリュウルを表面にぬり、約180℃で予熱したオーブンで約20分焼きます。

生地の手前¾にⒶの半分量をまんべんなくのせる。

フランスパン風バリエ

材料	バタール2個 カイザー6個	
水	190mL	
強力粉	230g	
薄力粉	60g	
塩	3.3g	小⅔
レモン汁	3mL	小½強
ドライイースト	3g	小1

バタールの生地は、キャンバス地のうねで発酵させます。これは形よく仕上げるためです。

つくり方

1. 生地ができあがったら、手で軽くガス抜きをして2分割します。半分はバタール用に2等分、残り半分はカイザー用に6等分して丸め、キャンバス地をかぶせて約20分休ませます。
2. バタールの生地はだ円形にのばして、細長く巻いて形を整え、カイザーは表面がなめらかになるように丸めます。
3. キャンバス地を折ってうねを作り、バタールの生地を並べて、上からもキャンバス地をかぶせます。(イラスト参照)カイザーの生地もキャンバス地に並べて、上からもキャンバス地をかぶせます。このまま室温で、生地が約2倍の大きさになるまで発酵させます。約50～60分が目やすです。
4. 油をぬったオーブン皿にそっと並べて、カミソリやよく切れる包丁で、生地の表面に切れ目を入れて約10分休ませます。
5. 霧を十分に吹いて、約200℃に予熱したオーブンで15～20分焼きます。

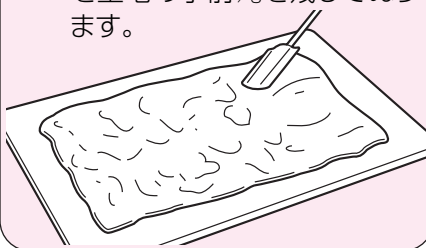
フランスパンアレンジメニュー

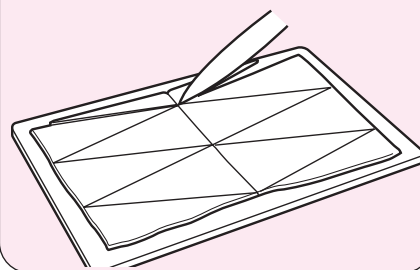
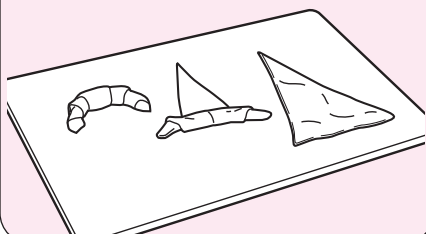
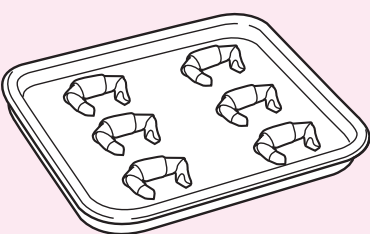
●ガーリックパン	ガーリック(粉末)を小さじ¼加える
●トマトバジルパン	水の代わりにトマトジュースを加え、乾燥バジルを小さじ1加える

クロワッサン

材料	12個分	
水	130mL	
卵	約50g	中1個
強力粉	280g	
砂糖	30g	
スキムミルク	12g	大2
塩	3.3g	小⅔
バター	30g	
ドライイースト	6g	小2
バター（折り込み用）	80〜100g	
ドリユウル（混ぜ合わせる）		
｛とき卵	約25g	中½個
水	14mL	大1

1 生地ができあがったら、手で軽くガス抜きをしてひとつに丸め、薄く油をぬったボールに入れてラップ材をかぶせて冷蔵庫で約20分休ませます。

2 生地を5mm厚さにのばします。折り込み用のバターを室温で戻してやわらかくし、その⅓量を生地の手前⅓を残してぬります。

3 生地を手前から三つ折りにします。再びのばして2と三つ折りにする工程を2回繰り返し、ラップ材に包んで冷蔵庫で約20分休ませます。

4 生地を5mm厚さにのばし、底辺約12cmの三角形に切ります。12個できます。

5 生地の底辺の方から、先端を引っぱるようにして巻き、巻き終わりを下にし、両端を内側に曲げて三日月形にします。

6 油をぬったオーブン皿に、間隔をあけて並べ、28℃以下で、40〜50分、約2倍の大きさになるまで発酵させます。

7 ドリユウルをハケでぬり、190〜200℃に予熱したオーブンで13〜15分焼きます。

※夏場などはバターがやわらかくなりすぎて、折り込み作業が難しい場合がありますので生地を冷蔵庫で冷やすようにしてください。

デニッシュペストリー

つくり方

1 バターを折り込んだクロワッサンの生地（25ページの方法1〜3を行った生地）を使います。
2 バターを折り込んだ生地を30cm×40cmにのばして10cm正方形を12枚に切り、お好みの形に成形します。ドリュウルを生地の合わせ目にぬり、とじます。
3 クロワッサンと同じ要領で約2倍の大きさになるまで発酵させます。
4 ドリュウルをハケでぬり、190〜200℃に予熱したオーブンで13〜15分焼きます。

ドリュウル（混ぜ合わせる）		
とき卵	約25g	中½個
水	14mL	大1

アップルデニッシュ

材料	12個分	
クロワッサンの生地12個分		
りんご（紅玉または国光）	1個	
A 砂糖	30g	
A 水	50mL	
A レモン（薄切り）	1枚	
シナモン	適宜	

つくり方

1 煮りんごをつくります。りんごは洗って水けをよく切り、皮をむいてヘタを取って2〜3mm厚さのいちょう切りにします。
2 1とAをなべに入れて、紙ぶたをして、りんごがやわらかくなるまで煮ます。
3 冷めてから汁を切り、シナモンを混ぜます。
4 10cm正方形に切った生地に3をのせて折り、長方形にします。

アプリコットデニッシュ

材料	12個分	
クロワッサンの生地12個分		
アプリコット（缶詰）	12個	
卵	約50g	中1個
砂糖	60g	
薄力粉	24g	大3
牛乳	240mL	
バター	13g	大1
バニラエッセンス	少々	

つくり方

1 カスタードクリームをつくります。卵を溶きほぐし、砂糖を加えて泡立て器ですり混ぜます。
2 薄力粉と沸とう寸前まで温めた牛乳を加えてよく混ぜます。
3 2をこしてなべに入れて火にかけ、焦げつかないように沸とうするまで木杓子で手早く練り混ぜます。なめらかなクリーム状になれば火からおろし、バターとバニラエッセンスを加えて冷まします。
4 10cm正方形に切った生地の4つの角にドリュウルをぬり、折り返します。中心にカスタードクリームとアプリコットをのせます。

チョコデニッシュ

材料	12個分	
クロワッサンの生地12個分		
板チョコレート	100g	
アーモンドスライス	適宜	
粉砂糖	適宜	

つくり方

1 10cm正方形に切った生地にチョコレートをのせて折り、三角形になるようにします。
2 焼く前にアーモンドスライスをのせ、焼きます。粉砂糖をふりかけていただきます。

全粒粉バンズ

材料	10個分	
水	190mL	
強力粉	200g	
全粒粉	90g	
砂糖	16g	大2
スキムミルク	6g	大1
塩	3.3g	小⅔
バター	30g	
ドライイースト	3g	小1

つくり方

1 生地ができあがったら、手で軽くガス抜きをしてスケッパーで10等分にして丸め、キャンバス地をかぶせて約20分休ませます。※キャンバス地がない場合はラップ材で代用してください。

2 表面がなめらかになるように丸め、キャンバス地をかぶせて、室温で生地が約2倍の大きさになるまで発酵させます。約50〜60分が目やすです。

3 油をぬったオーブン皿にそっと並べて、カミソリやよく切れる包丁で生地の表面に切れ目を入れます。

4 約200℃に予熱したオーブンで15〜20分焼きます。

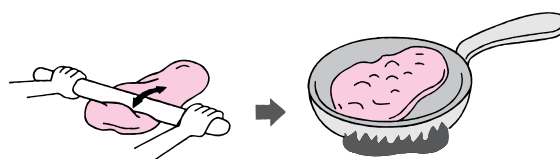
アレンジメニュー

●はちみつ入り全粒粉バンズ	水を150mLにして、はちみつを50g加える

ナン

めん棒で生地をのばします。

フライパンで両面を焼きます。

材料	約5〜6枚分	
水	100mL	
ヨーグルト	70g	
強力粉	100g	
薄力粉	180g	
ベーキングパウダー	10g	大1
重そう	3g	小1
砂糖	3g	小1
塩	2.5g	小½
サラダ油（打ち粉のかわり）	12g	大1

つくり方

1 生地ができあがったら、5〜6個に分割して丸め、打ち粉のかわりにサラダ油を使い、めん棒で細長い形にのばします。

2 フライパンに油をひかずに中火で両面を2〜3分、薄いこげ色がつく位焼きます。

◆カレーなどをつけていただきます。

フォカッチャ

材料	約6枚分	
水	160mL	
強力粉	150g	
薄力粉	140g	
オリーブ油	36g	大3
砂糖	4g	小½
ドライイースト	3g	小1

具（トッピング）	
サラミ（薄切り）	適宜
バジル	適宜
パルメザンチーズ	適宜
とろけるチーズ	適宜

つくり方

1. 生地ができあがったら、手で軽くガス抜きをしてスケッパーで6等分にします。
2. まな板などの上で、めん棒で薄く円形にのばします。
3. オーブン皿にクッキングシートを敷き、2をのせ、フォークで全体に穴をあけておく。具を飾り、オリーブ油をかける。
   ※生地の縁を少し高くしておくと、オリーブ油がこぼれにくくなります。
4. 約240℃に予熱したオーブンで5〜6分焼きます。

ベーグル

材料	約10〜12個分	
水	195mL	
強力粉	200g	
薄力粉	90g	
砂糖	10g	大1¼
塩	1.3g	小¼
サラダ油	18g	大1½
ドライイースト	3g	小1
生姜（みじん切り）	8g	
ドリュウル（混ぜ合わせる）		
とき卵	約25g	中½個
水	14mL	大1
ペースト（なめらかになるまで混ぜる）		
クリームチーズ（室温）	適宜	
生姜（みじん切り）	適宜	

※下ゆで用の水は、水1Lに対し、砂糖小さじ1の割合で入れてください。
水量は、ベーグルが十分にゆでられる深さに加減してください。

つくり方

1. 生地ができあがったら手で軽くガス抜きをして約20分間休ませます。
2. 1を10〜12個に分割して細長く丸め、つなぎめにドリュウルをぬってドーナツ型にします。U字型でもOK。
3. 下ゆで用の水と砂糖を煮立てたところへ、2の生地を入れ、約1分ゆでます。
4. 油をぬったオーブン皿に間隔をあけて並べ、ドリュウルをハケで表面にぬります。
5. 約180℃に予熱したオーブンで、約15分焼きます。
6. 焼き上がったベーグルを横にスライスして、ペーストをはさんでいただきます。

◆玉ねぎやごまを加えたクリームチーズなどをはさんでもおいしくいただけます。

ピザの生地2種

ヘビータイプ

（厚みのあるパンタイプの生地）

材料	直径約20cm3枚分	
水	185mL	
強力粉	240g	
薄力粉	40g	
砂糖	8g	大1
塩	5g	小1
ショートニング	12g	
ドライイースト	3g	小1

クリスピータイプ

（サクッとした歯ざわりの生地）

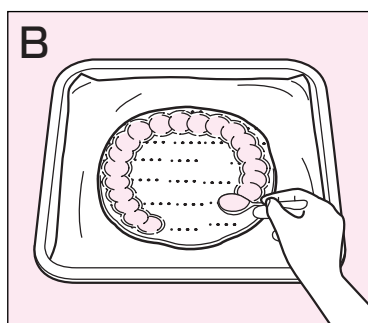
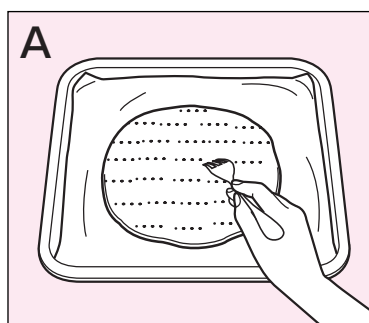
材料	直径約20cm4枚分	
水	150mL	
強力粉	200g	
薄力粉	80g	
塩	1.2g	小¼
オリーブ油	24g	大2
ドライイースト	3g	小1

つくり方

1 生地ができあがったら手で軽くガス抜きをして3～4分割して丸め、キャンバス地をかぶせて約20分休ませます。

2 1個分の生地を直径約20cmの円にのばし、オーブンシートにのせ、フォークで穴をあけます。残りも同様にします。（A参照）

3 トマトソースを2の生地の表面に厚めにぬります。（B参照）

4 トッピングの具をのせ、30～35℃で約15分発酵させた後、180～200℃に予熱したオーブンで約15分焼きます。

A
B
トマトソース

材料	ピザ4枚分
トマトピューレ	200mL
トマトケチャップ	大3
塩	少々
こしょう	少々

●全てをあわせ、よく混ぜておきます。

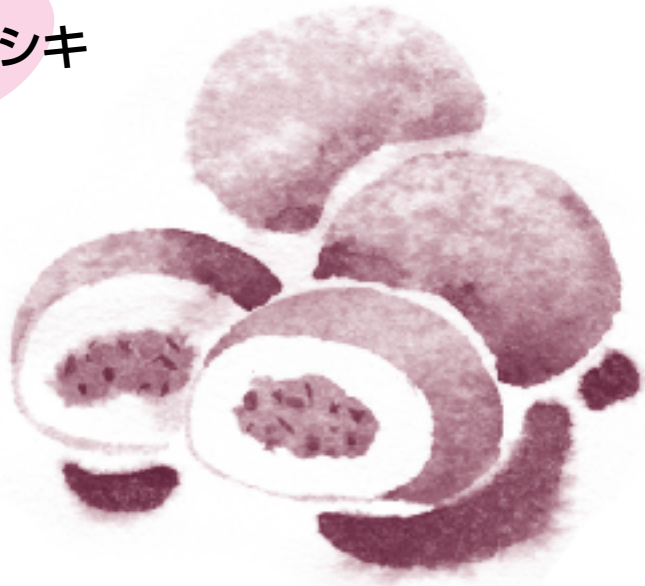
◆ピザバリエーション いろいろ組み合わせて楽しみましょう！

メニュー	ソース	トッピング	仕上げ
トマトピザ	オリーブ油＋トマトソース	トマト（輪切り）	モッツァレラチーズ
シーフードピザ		えび・いか・たこ	ミックスチーズ チリソース
ミックスピザ		サラミソーセージ・アンチョビー マッシュルーム・ピーマン	ミックスチーズ
ハワイアンピザ		パイナップル（缶詰）・ハム	
きのこピザ		マッシュルーム・しめじ しいたけなど	
ツナピザ		ツナ（缶詰）・コーン（缶詰） マッシュルーム・ピーマン	
ベーコンミックスピザ		ベーコン・玉ねぎ（薄切り） コーン（缶詰）・ピーマン	
お好み焼きピザ	お好み焼きソース（＋ケチャップ）	いか・ミンチ（ほぐす）・ベーコン 桜えび	青のり・かつお節 マヨネーズまたはミックスチーズ
納豆ピザ		納豆・ねぎ（きざむ）	マヨネーズ＋しょうゆ ＋ねりがらし

◆お好みで最後にオレガノ、オリーブ油をふって焼くとおいしくいただけます。

生地が余ったら

◆ピザ生地が余った場合、生地をめん棒でのばし、軽く焼いて、よく冷ましてからラップ材に包んで冷凍庫で保存しておくと、すぐにピザがつくれます。

ピロシキ

材料	10個分	
ピザの生地(ヘビータイプ3枚分)		
合いびき肉	100g	
玉ねぎ		中½個
にんじん	15g	
マッシュルーム		4～5個
ピーマン		1個
ゆで卵		中1個
トマトケチャップ	30g	大2
塩	少々	
こしょう	少々	
サラダ油	適宜	
揚げ油	適宜	

つくり方

1 生地ができあがったら手で軽くガス抜きをして10等分にして丸め、キャンバス地をかぶせて約20分休ませます。

2 合いびき肉とみじん切りにした野菜類をサラダ油で炒め、調味料で味つけし、みじん切りにしたゆで卵を混ぜて冷ましておきます。

3 1をだ円にのばして2の具をのせ、2つに折り、とじ目をきっちりと押さえて形をととのえます。

4 3の生地の約2倍の大きさのアルミホイルに油をぬって生地をのせ、約40℃で25～30分発酵させます。

5 揚げ油を約170℃に熱し、4をホイルごと入れて、すぐにホイルをはがします。ときどき裏返しながら、きつね色になるまでゆっくりと揚げます。

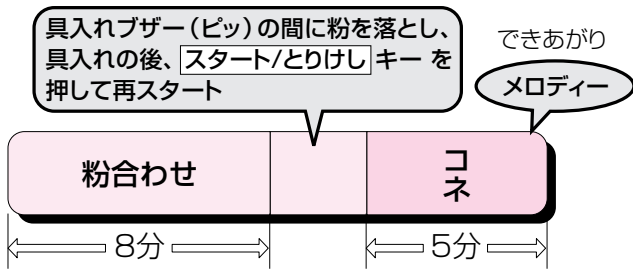
◆カレー味ピロシキ
具を炒めるときに、カレー粉小2を加えます。後はピロシキと同じ要領でつくります。

クッキー・パスタ生地コース

具入れブザー（ピッ）の間に粉を落とし、具入れの後、スタート/とりけし キー を押して再スタート

できあがり メロディー

粉合わせ		コネ
8分		5分

準備

1 ハネをセットし、パンケースに材料を正確に計量し、入れる

1 薄力粉とベーキングパウダーは合わせてふるい、とき卵とバターは室温にしておきます。

2 とき卵、バター、他の材料の順に入れます。
（液体のものから先に入れてください。粉落としが楽になります。）

2〜3までの手順は、食パンコース（12ページ）をご覧ください。

4 スタートさせる

1 クッキー・パスタ生地 キーを押し、**クッキー・パスタ生地コース**を選びます。クッキー・パスタ生地ランプが点滅します。
●このとき時間は表示されません。
※タイマーは使えません。

クッキー・パスタ生地

2 スタート/とりけし キーを押します。
●粉合わせを8分間行います。（このとき粉合わせの残り時間を点滅表示します。）
●スタート8分後にブザーが鳴ったらふたを開けてパンケースの内側についた粉をゴムヘラなどで、底の方までしっかりと落とします。

3 粉落とし、具入れが終わったら スタート/とりけし キーを押して再スタートします。（押し忘れた場合は、20分後に自動的にスタートします。）できあがりは5分後です。（できあがりまでの残り時間を1分単位で表示します。）

5〜7までの手順は、食パンコース（13ページ）をご覧ください。

プレーンクッキー

材料	20個分	
とき卵（室温）	1個	
バター（室温）	50g	
薄力粉	150g	
ベーキングパウダー	3g	小1
砂糖	60g	
バニラエッセンス	少々	

●バターは、なめらかにしておく。

つくり方

1 できあがった生地をひとつにまとめます。

2 クッキングシート（グラシン紙など）を敷いた天板に、生地を大さじ1ずつおきます。手に薄力粉（分量外）をつけて生地を上からおさえて、5mm位の厚さにします。

3 予熱したオーブンに入れ、160℃で約20分焼きます。

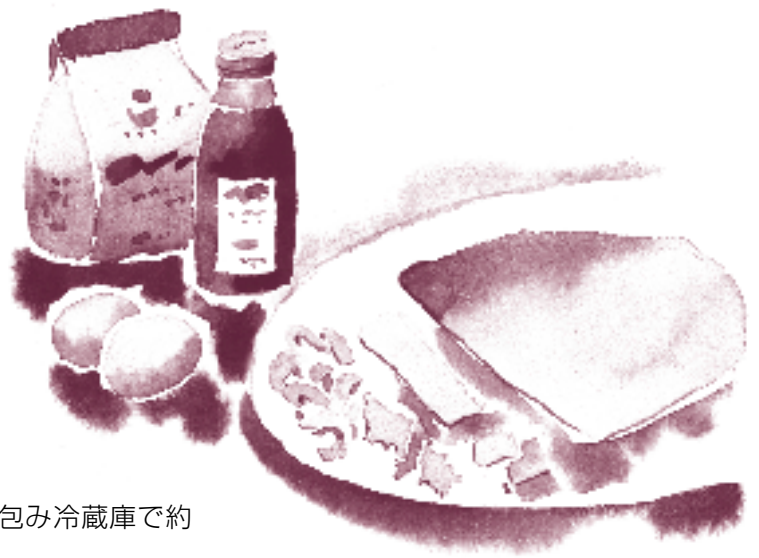
クッキー具入りバリエ

※約8分後、ブザーが鳴ったら、ふたを開けて**具入り**の材料を加えます。

	具入り
●チョコチップクッキー	チョコチップ…80g
●ナッツクッキー	ナッツ（粗くきざんだもの）…80g
●レーズンクッキー	レーズン（粗くきざんだもの）…80g
●黒ごまクッキー	黒ごま…6g（小2）

クッキー・パスタ生地コース

手づくりパスタ

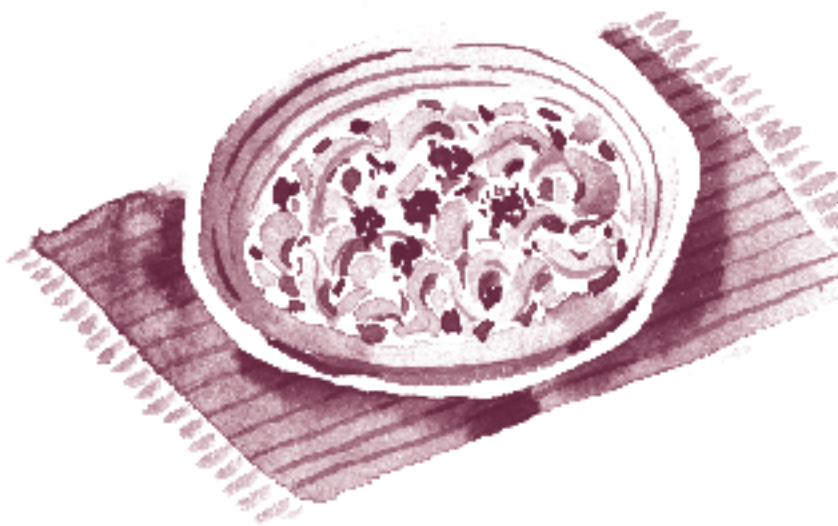
材料	4人分	
水	140mL	
強力粉	40g	
薄力粉	250g	
塩	4g	小¾
オリーブ油	12g	大1

つくり方

1 生地ができあがったら一つに丸め、ラップに包み冷蔵庫で約30分ねかします。

2 まな板などに打ち粉をし、1の生地をのし棒またはめん棒で約1mm程の厚さにのばします。

3 レシピの方法にならって切り分けます。（32～33ページ参照）

4 3のパスタを塩を入れたたっぷりの熱湯で2～3分ゆでます。
※パスタは湯1Lに対し塩大さじ1の割合でゆでます。

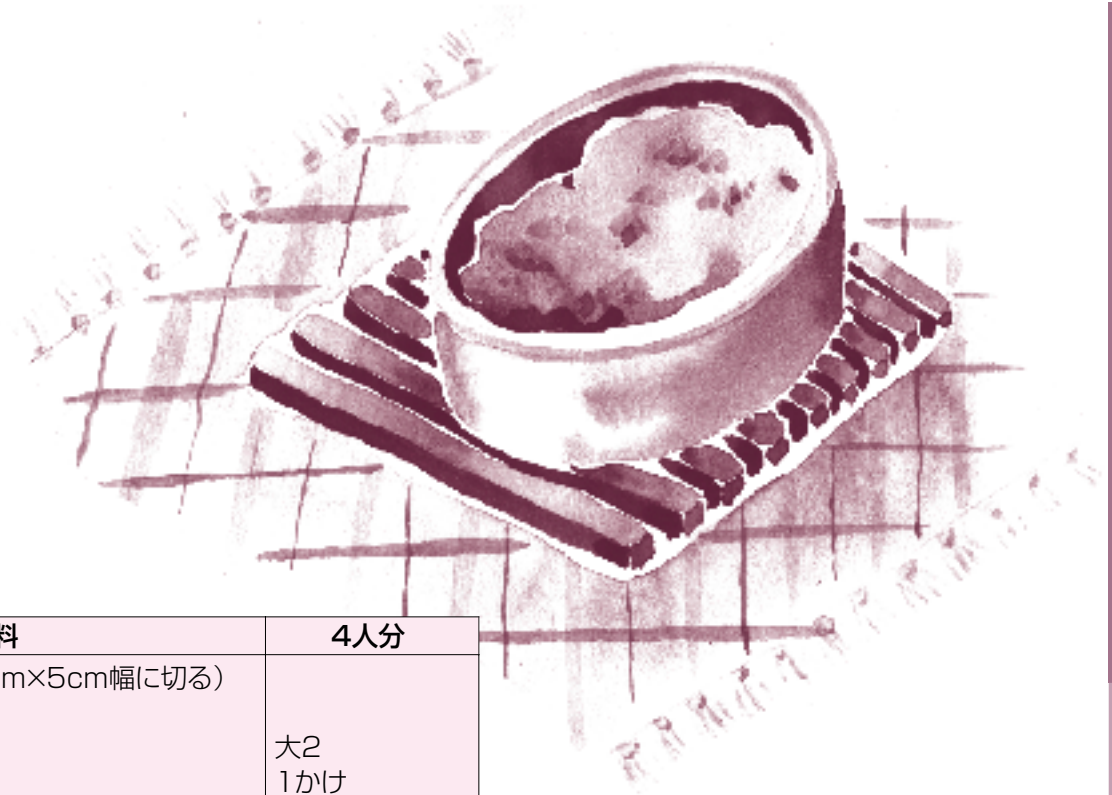
5 ゆであがればざるにあげ、オリーブ油などをかけてよく合わせ、パスタがくっつかないようにします。

ツナとブロッコリーのフェットチーネ

材料	4人分
手づくりパスタ4人分（1～1.3cm幅に切る）	
ブロッコリー（小さくわける）	1ふさ
バター	大2
玉ねぎ（みじん切り）	大2
ツナ缶（オイル缶）	1缶
Ⓐ 生クリーム	100mL
Ⓐ 牛乳	100mL
Ⓐ 固形スープの素（細かくくだいておく）	½個
Ⓐ 黒こしょう（粗びき）	少々

つくり方

1 ブロッコリーはゆでておきます。

2 なべにバター・玉ねぎを入れて熱し中火で十分炒め、ツナを加えて熱くなれば、Ⓐと1のブロッコリーを加え、弱火で約3分煮て味をととのえます。

3 パスタをゆでます。ゆでたてのパスタに2の熱いソースをかけてできあがりです。

ラザニエ

材料	4人分
手作りパスタ4人分（5cm×5cm幅に切る）	
■ミートソース	
オリーブ油	大2
にんにく（みじん切り）	1かけ
Ⓐ 玉ねぎ（みじん切り）	小1個
Ⓐ 牛ひき肉	200g
Ⓐ しいたけ（粗みじん切り）	3～4枚
Ⓑ トマトピューレ	200g
Ⓑ 固形スープの素（細かくくだく）	1個
Ⓑ ワイン	大3
Ⓑ セージ・タイム・ローレル・こしょう	（好みで）各少々
Ⓑ 塩	小1
パン粉	大4
■ベシャメルソース	
バター・オリーブ油	各大2
薄力粉	大5
Ⓒ スープ（固形スープの素1個と水）	200mL
Ⓒ 牛乳	200mL
Ⓓ 白ワイン	大3
Ⓓ ローレル	2枚
Ⓓ こしょう	少々
モッツァレラチーズ（またはミックスナチュラルチーズ）	100g

つくり方

1. 手づくりパスタをゆでてざるにあげ、オリーブ油をかけてパスタがくっつかないようにしておきます。
2. ミートソースをつくります。なべにオリーブ油・にんにくを入れて熱し、中火でよく炒めてⒶを加えます。
3. 2に十分火が通ればⒷを加え、約5分中火で煮た後、パン粉を加えてかき混ぜ火を止めます。
4. ベシャメルソースをつくります。なべにバター・オリーブ油を入れて熱し、薄力粉を入れて中火で十分炒めます。（焦がさないように注意します。）
5. 火を止めて4にⒸを少しずつ入れてなめらかになるまでよくかき混ぜます。
6. 5にⒹを加えて中火にかけ、木べらでかき混ぜながら加熱します。沸とうして、とろみがつけば火を止めます。
7. バター・オリーブ油（分量外）などをぬったグラタン皿にパスタ・ミートソース・ベシャメルソースを2～3回重ねて1番上がベシャメルソースになるようにします。モッツァレラチーズをのせて220℃のオーブンで約20分焼き、焦げ目がつけばできあがりです。

クッキー・パスタ生地コース

うどん

材料	3〜4人分	
水	110mL	
塩	3.3g	小⅔
強力粉	150g	
薄力粉	150g	

つくり方

1 生地ができあがったら手で数回こねて一つにまとめ、ラップに包み室温で約2時間ねかします。

2 まな板などに打ち粉をし、1の生地を4個に分割し、めん棒で2mmの厚さにのばします。

3 生地に打ち粉をし、びょうぶ折りにします。

4 生地を端の方から約3mm幅に切ります。

5 4のうどんをほぐし、たっぷりの熱湯でゆで、煮立ってきたら差し水しながら芯がなくなるまで15〜20分ゆでます。

6 ゆであがったら、1〜2回冷水で洗いぬめりをとり、水切りします。

きつねうどん

材料	3〜4人分
ゆでうどん	3〜4玉
きつねうどん用油揚げ（市販のもの）	6〜8枚
ねぎ（斜め切り）	適宜
だし（市販のもの）	3〜4人分

※その他、カレーうどん･冷やしうどんなどお好みでお召し上がりください。

ぎょうざの皮

材料	40個分	
熱湯	180mL	
塩	1.3g	小¼
薄力粉	320g	

つくり方

1 できあがった生地を1時間冷蔵庫でねかします。

2 まな板などに打ち粉（片くり粉）をして、直径2〜3cmの棒状にのばし、40個に分割します。めん棒で一個ずつ円形にのばし、具を包んで仕上げます。

水ぎょうざ

材料	40個分
ぎょうざの皮40個分	
Ⓐ キャベツ（みじん切り）	100g
Ⓐ 豚ミンチ	300g
Ⓐ にんにく（みじん切り）	1片
Ⓐ しょうゆ	小2
Ⓐ みりん	小1
Ⓐ ごま油	小¼
Ⓐ 塩	小¼
Ⓐ こしょう	適宜

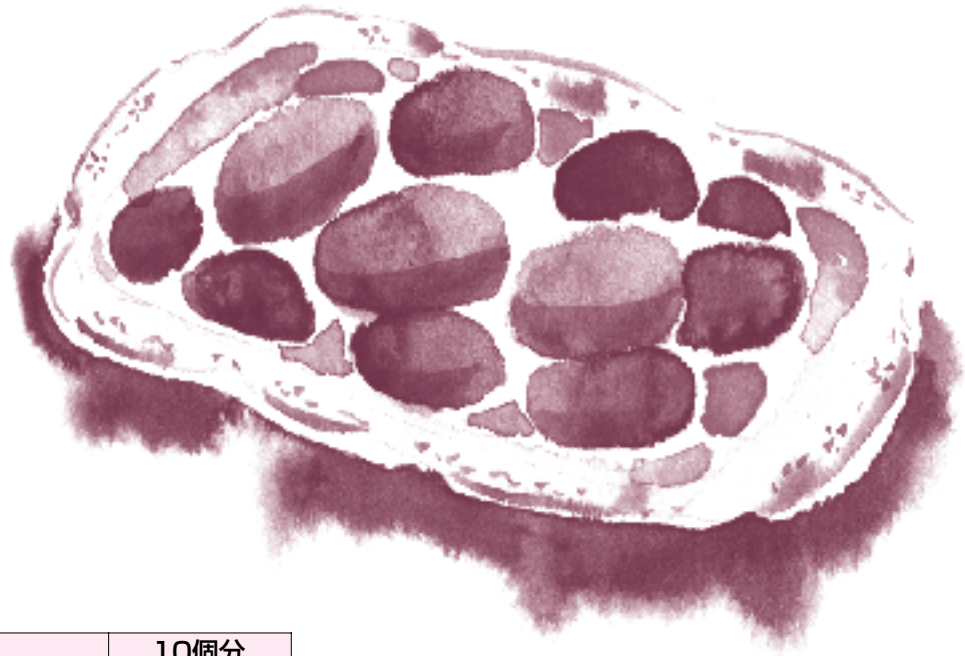
Ⓐはよく混ぜ合わせておきます。

つくり方

1 できあがった生地を1時間冷蔵庫でねかします。

2 まな板などに打ち粉（片くり粉）をして、直径2〜3cmの棒状にのばし、40個に分割します。めん棒で一個ずつ円形にのばし、Ⓐの具を包んで仕上げます。

3 2をたっぷりの湯で約4分ゆでます。

4 お好みのたれ（酢醤油など）につけていただきます。

スコーン

材料	10個分	
牛乳	120mL	
薄力粉 } 合わせてふるう	220g	
ベーキングパウダー } 合わせてふるう	10g	大1
バター（室温）	50g	
砂糖	32g	大4
バニラエッセンス	小1/4	
卵黄（生地表面にぬる用）	適宜	

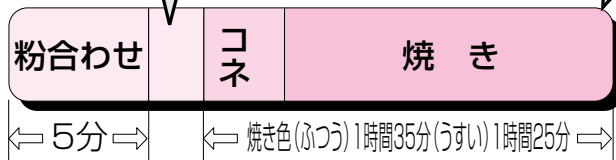
つくり方

1. できあがった生地を打ち粉（薄力粉）をしたまな板の上で、1cmの厚さにのばして型抜きします。
   ※生地が扱いにくい場合は、冷蔵庫で冷やして使用すると扱いやすくなります。
2. 表面に卵黄をぬり、オーブンペーパーを敷いた天板にのせます。
3. 予熱したオーブンに入れ、220℃で12〜14分焼きます。

スコーン具入りバリエ ※約8分後、ブザーが鳴ったら、ふたを開けて**具入り**の材料を加えます。

	具入り
●レーズンスコーン	干しぶどう（みじん切り）35gを加える
●紅茶スコーン	紅茶葉（細かく粉砕したもの）小1を加える
●コーンスコーン	コーン（水けをとったもの）35gを加える
●バジルスコーン	乾燥バジル小1を加える

ケーキコース

準備

1 ハネをセットし、パンケースに材料を正確に計量し、入れる

（材料の分量は各レシピを参照してください。）

① 薄力粉とベーキングパウダーは合わせてふるい、バターは湯せんで溶かして、冷ましておきます。

② 卵、牛乳、基本材料、追加材料の順に入れます。
（液体のものから先に入れてください。粉落としが楽になります。）

2〜3までの手順は、食パンコース（12ページ）をご覧ください。

4 スタートさせる

① ケーキ キーを押し、**ケーキコース**を選びます。ケーキランプが点滅します。
●このとき時間は表示されません。
※タイマーは使えません。

ケーキ

② 焼き色 キーを押し**「ふつう」・「うすい」**どちらかを選びます。

③ スタート/とりけし キーを押します。
●粉合わせを5分間行います。
（このとき粉合わせの残り時間を点滅表示します。）
●スタート5分後にブザーが鳴ったらふたを開けてパンケースの内側についた粉をゴムヘラなどで、底の方までしっかりと落とします。

④ 粉落とし、具入れが終ったら スタート/とりけし キーを押して再スタートします。
（押し忘れた場合は、20分後に自動的にスタートします。）できあがりは焼き色（ふつう）1時間35分（うすい）1時間25分後です。（できあがりまでの残り時間を1分単位で表示します。）
※焼き上げ中は、本体が熱くなります。やけどをする恐れがありますのでご注意ください。

5〜7までの手順は、食パンコース（13ページ）をご覧ください。

つくり方：パンケースに、卵・牛乳＋基本材料＋追加材料の順に入れ、
ケーキコースでつくります。
約5分後ブザーが鳴ったら粉を底の方までしっかり落します。
※**具入り**の場合は、**具入り**の材料を加えます。ふたを閉め、
もう一度 スタート/とりけし キーを押します。
●卵はときほぐしたものを使用してください。
●できあがり後、熱いうちは形がくずれやすいため、よく冷ましてから切ってお召し上がりください。

メニュー名		卵・牛乳		基本材料		追加材料		具入り
バターケーキ	=	卵…100g（中2個） 牛乳…50mL	＋	薄力粉 …200g ベーキングパウダー …10g（大1） 溶かしバター …110g 砂糖 …120g 塩 …2.5g（小½）	＋	マーマレード…70g バニラエッセンス …1g（小½）	＋	松の実…40g
アップル レーズンケーキ	=		＋	薄力粉 …200g ベーキングパウダー …10g（大1） 溶かしバター …70g 砂糖 …60g 塩 …1.3g（小¼）	＋	シナモン…小1 バニラエッセンス …1g（小½）	＋	りんご（紅玉または国光） …100g ※注1 干しぶどう（みじん切り） …30g

※注1：りんごは皮をむいてへたを取り、細かく切ります。

メニュー名		卵・牛乳		基本材料		追加材料		具入り
チョコレート ケーキ	=	卵…100g（中2個） 牛乳…50mL	＋	薄力粉 …150g ベーキングパウダー …10g（大1） 溶かしバター …50g 砂糖 …130g	＋	ココア…45g バニラエッセンス …1g（小½）	＋	アーモンドスライス…30g 干しプルーン…50g ※注2

※注2：干しプルーンはみじん切りにして薄力粉大1（分量外）をまぶしておきます。

メニュー名		卵・牛乳		基本材料		追加材料		具入り
シナモン フルーツケーキ	=	卵…150g（中3個）	＋	薄力粉 …200g ベーキングパウダー …10g（大1） 溶かしバター …80g 砂糖 …125g	＋	シナモン…小1¾ バニラエッセンス …1g（小½） レモン汁…5mL（小1）	＋	ドライフルーツ ※注3 干しぶどう…80g チェリー…30g アーモンド…10g

※注3：ドライフルーツはみじん切りにして薄力粉大1（分量外）をまぶしておきます。

メニュー名		卵・牛乳		基本材料		追加材料		具入り
バナナナッツ ケーキ	=	卵…100g（中2個） 牛乳…50mL	＋	薄力粉 …190g ベーキングパウダー …10g（大1） 溶かしバター …80g 砂糖 …100g	＋	完熟バナナ…100g （つぶしておく） サワークリーム…50g バニラエッセンス…1g（小½）	＋	くるみ（砕いておく） …40g
チーズケーキ	=	卵…50g（中1個） 牛乳…50mL	＋	薄力粉 …170g ベーキングパウダー …10g（大1） 片栗粉 …30g 溶かしバター …30g 砂糖 …70g 塩 …1.3g（小¼）	＋	クリームチーズ …100g （室温にして、 なめらかにする）	＋	パルメザンチーズ（粉） …30g とろけるチーズ （細かく刻む）…30g
ソーダブレッド	=	卵…100g（中2個） 牛乳…120mL	＋	薄力粉 …200g ベーキングパウダー …10g（大1） 重そう …1.5g（小½） 砂糖 …16g（大2） 塩 …2.5g（小½）	＋	なし	＋	干しぶどう（みじん切り） …65g （ラム酒漬けのものを使うと、 いっそう風味がよくなります）
コーンミール ブレッド	=	卵…100g（中2個） 牛乳…200mL	＋	薄力粉 …100g ベーキングパウダー …10g（大1） 溶かしバター（無塩） …45g 砂糖 …30g 塩 …2.5g（小½）	＋	コーンミール …120g	＋	なし
ポテトブレッド	=	卵…100g（中2個） 牛乳…90mL	＋	薄力粉 …200g ベーキングパウダー …5g（大½） 重そう …3g（小1） 砂糖 …8g（大1） 塩 …1.7g（小⅓）	＋	マッシュポテト…100g （じゃがいもをゆでて、 つぶしたもの） サラダ油…24g（大2） 粗びき黒こしょう…小¼	＋	なし

ジャムコース

ジャム

できあがり
メロディー

加熱・かくはん

1時間20分

1 ハネをセットし、パンケースに材料を正確に計量し、入れる

（材料の分量は各レシピを参照してください。）

2〜3までの手順は、食パンコース（12ページ）をご覧ください。

4 スタートさせる

❶ ジャム キーを押し、**ジャムコース**を選びます。
ジャムランプが点滅します。
1:20が表示されます。
※タイマーは使えません。

❷ スタート/とりけし キーを押します。
できあがりは1時間20分後です。（できあがりまでの残り時間を1分単位で表示します。）
※調理中は、本体が熱くなります。やけどをする恐れがありますのでご注意ください。

※途中で調理を中止する場合は
スタート/とりけし キーを少し長めに押してください。

5 パンケースを取り出す

できあがるとメロディーが鳴り、できあがりが表示されます。
スタート/とりけし キーを押し、ふたを開けてミトンやふきんなどを使って取り出します。

6 ジャムを取り出す

できあがったジャムをゴムヘラなどでていねいに取り出してください。

7 使用後は

差込みプラグを持って、コンセントから抜きます。

つくり方： パンケースに、材料+砂糖+レモン汁+追加材料の順に入れ、ジャムコースでつくります。

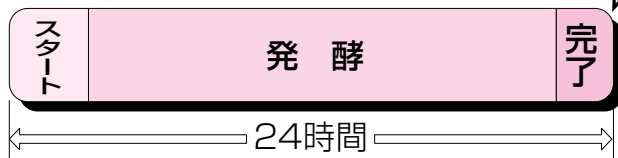
<table>
<tr><th>メニュー名</th><th></th><th>材料</th><th></th><th>砂糖</th><th></th><th>レモン汁</th><th></th><th>追加材料</th></tr>
<tr><td>いちごジャム</td><td>=</td><td>いちご… 1パック（正味300g）
※いちごは洗って水けをよく切り、ヘタを取って2〜4個に切り、軽くつぶしておきます。</td><td>+</td><td rowspan="5">砂糖
…120g</td><td>+</td><td rowspan="3">レモン汁
…大1</td><td>+</td><td>なし</td></tr>
<tr><td>りんごジャム</td><td>=</td><td>りんご（紅玉または国光）
…中2個（正味300g）
※りんごは洗って水けをよく切り、皮をむいてヘタを取って半分は2〜3mmの厚さのいちょう切り、半分はすりおろしておきます。</td><td>+</td><td>+</td><td>+</td><td>なし</td></tr>
<tr><td>オレンジ
マーマレード</td><td>=</td><td>オレンジ…中3個（正味300g）
※オレンジは洗って水けをよく切り、皮は千切りにしてゆでて、ゆで汁をすてます。これを3回行います。実は袋から取って2〜3つにほぐします。</td><td>+</td><td>+</td><td>+</td><td>ブランデー
（またはラム酒）
…小2</td></tr>
<tr><td>キウイジャム</td><td>=</td><td>キウイ…中4個（正味300g）
※キウイは洗って水けをよく切り、皮をむいて2〜3mmの厚さのいちょう切りにして軽くつぶしておきます。</td><td>+</td><td>+</td><td rowspan="2">レモン汁
…大½</td><td>+</td><td>なし</td></tr>
<tr><td>ブルーベリー
ジャム</td><td>=</td><td>ブルーベリー…300g ※注1
※軽くつぶしておきます。</td><td>+</td><td>+</td><td>+</td><td>なし</td></tr>
</table>

※注1：シロップ漬けなどを使う場合は、汁けをきり、砂糖を90gにして水を35mL加えます。

ONE POINT ADVICE

●一度に作れるジャムの量は、コップ1杯分ぐらいです。手作りジャムは日持ちしないので、おいしいうちに食べきるには、ちょうどこのぐらいの量が適当です。また、保存する場合は必ず冷蔵庫へ入れてください。1週間ぐらいは日持ちします。
●ジャムはやわらかめに仕上げていますが、さらにとろみをつけたい場合はペクチンを約5g加えてセットしてください。
※ペクチンは、果物に含まれる糖分の一種で、ジャムをつくる時にゼリー状にする働きがあります。

天然酵母 生種つくり

天然酵母パンに使う 生種つくり を行います。

材料（1回量）

	最　大 （パン作り4～5回分）	最　小 （パン作り3回分）
元種	大スプーン5（50g）	大スプーン3（30g）
約30℃の水	100mL	60mL

アドバイス・メモ

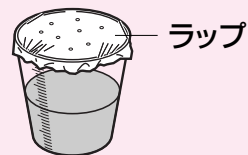
●室温が約30℃以上で生種つくりをすると、発酵しすぎて、生種がうまくできないことがあります。
●約30℃（20～40℃）の水を使ってください。（水温が高すぎたり、低すぎたりすると生種がうまくできないことがあります。）

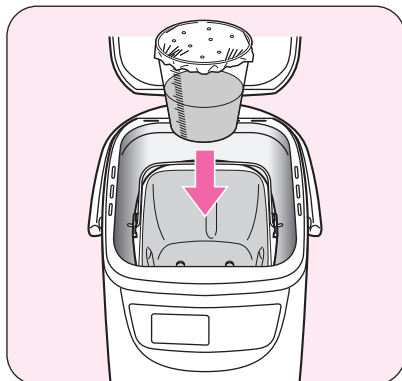
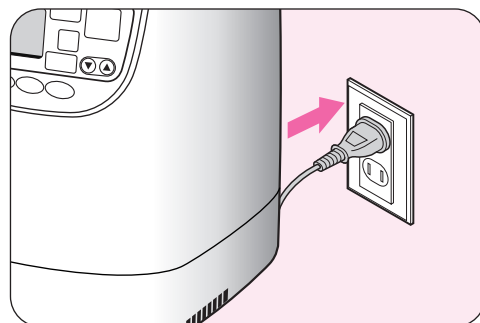
準備

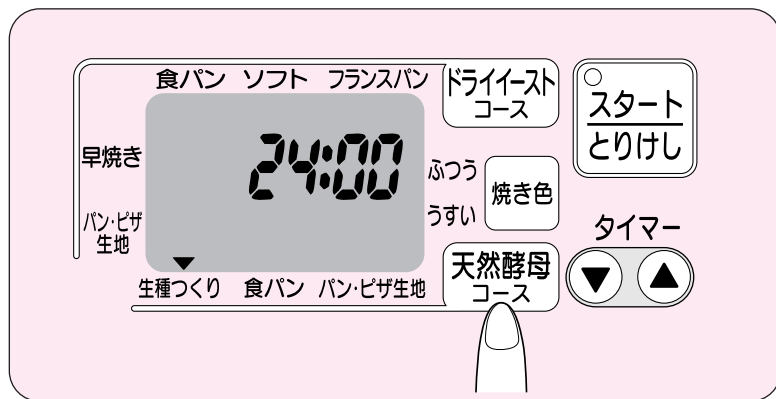
1 材料を容器（計量カップ）に入れ、ラップをする

❶ 約30℃の水を入れます。

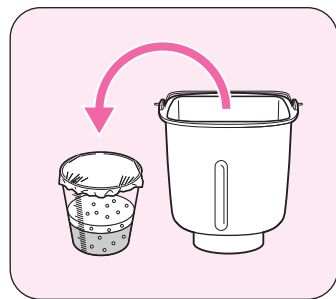
❷ 元種を入れて充分かき混ぜます。

❸ 容器にラップをする。
※ラップはかるくかける程度にするか、上面につまようじなどで数ヶ所穴を開けます。密閉すると、うまく発酵しないことがあります。
※容器・計量スプーンが汚れていると、生種がうまくできません。

2 本体にパンケースをセットし、容器を入れ、ふたを閉める

※ハネは取りつけないでください。

3 通電する 差込みプラグを差し込む

生種をつくる

1 天然酵母コース キーを押して
▼マークを「生種つくり」に合わせる

2 スタート とりけし キーを押して
スタートさせる

容器を取り出す

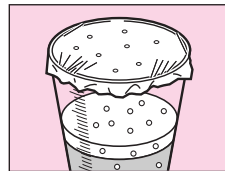
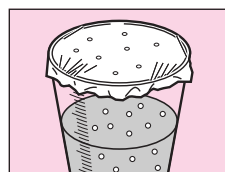
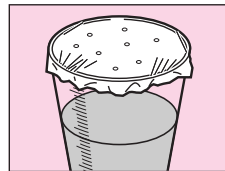
3 できあがりメロディーが鳴ったら
スタート とりけし キーを押し
容器（計量カップ）を取り出す

こんなとき

●庫内高温を示し、スタートできないとき
（→52ページ）
●容器を取り出し忘れたとき
→2～3時間以内なら、すぐに冷蔵庫に入れてください。

4 使用後は
差込みプラグを抜く

生種メモ

■生種の状態（スタート→完了）

▼

15～20時間後、発酵により量が増えることがあります。
※増え方や、増える時間帯は元種のロットなどにより異なります。

▼

うまくできたときは酒粕のようなアルコール臭と少し酸っぱいにおいがします。

■生種の扱いについて

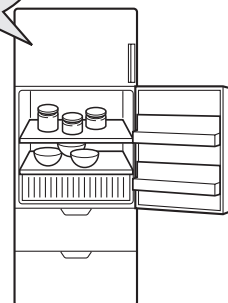
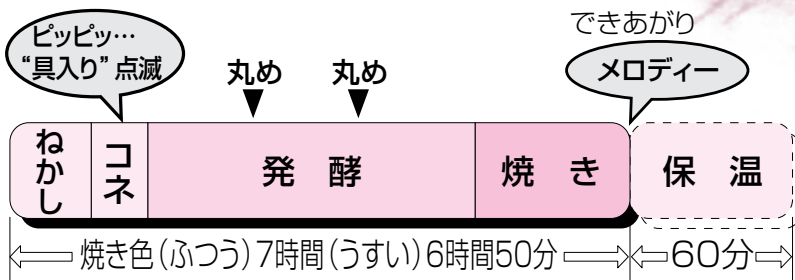
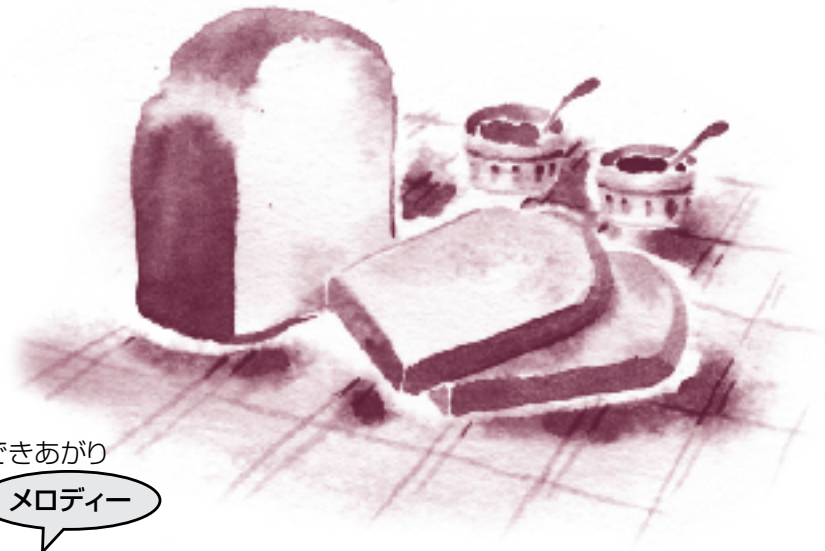
生種は、肉・魚など生ものと同じで高温や雑菌に弱く、保存方法も限られています。生種の発酵力が弱くならないように、次のことに注意してください。

容器（計量カップ）

生種つくり専用とし、清潔にしておく。

保　存

●必ず冷蔵庫に入れ、1週間以内で使う。（冷凍・常温保存はしないでください。）
※生種つくりをしたあとの取り出し忘れにも注意する。
●新しい生種と古い生種を混ぜない。

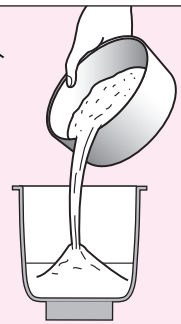
天然酵母 食パンコース

アドバイス・メモ

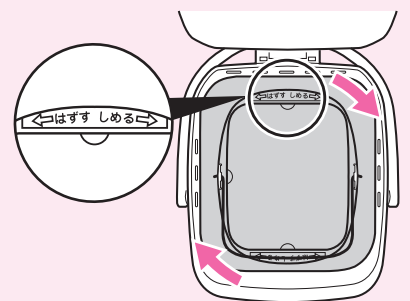
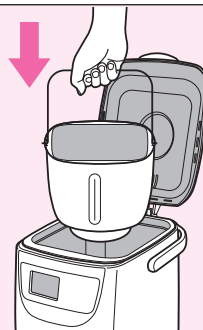
- ●生種は全体をかき混ぜてから計量してください。
- ●室温が5～30℃の範囲で調理してください。
- ●夏場など室温が高いときは、冷水（5℃）を使用し、できるだけタイマー調理はしないでください。

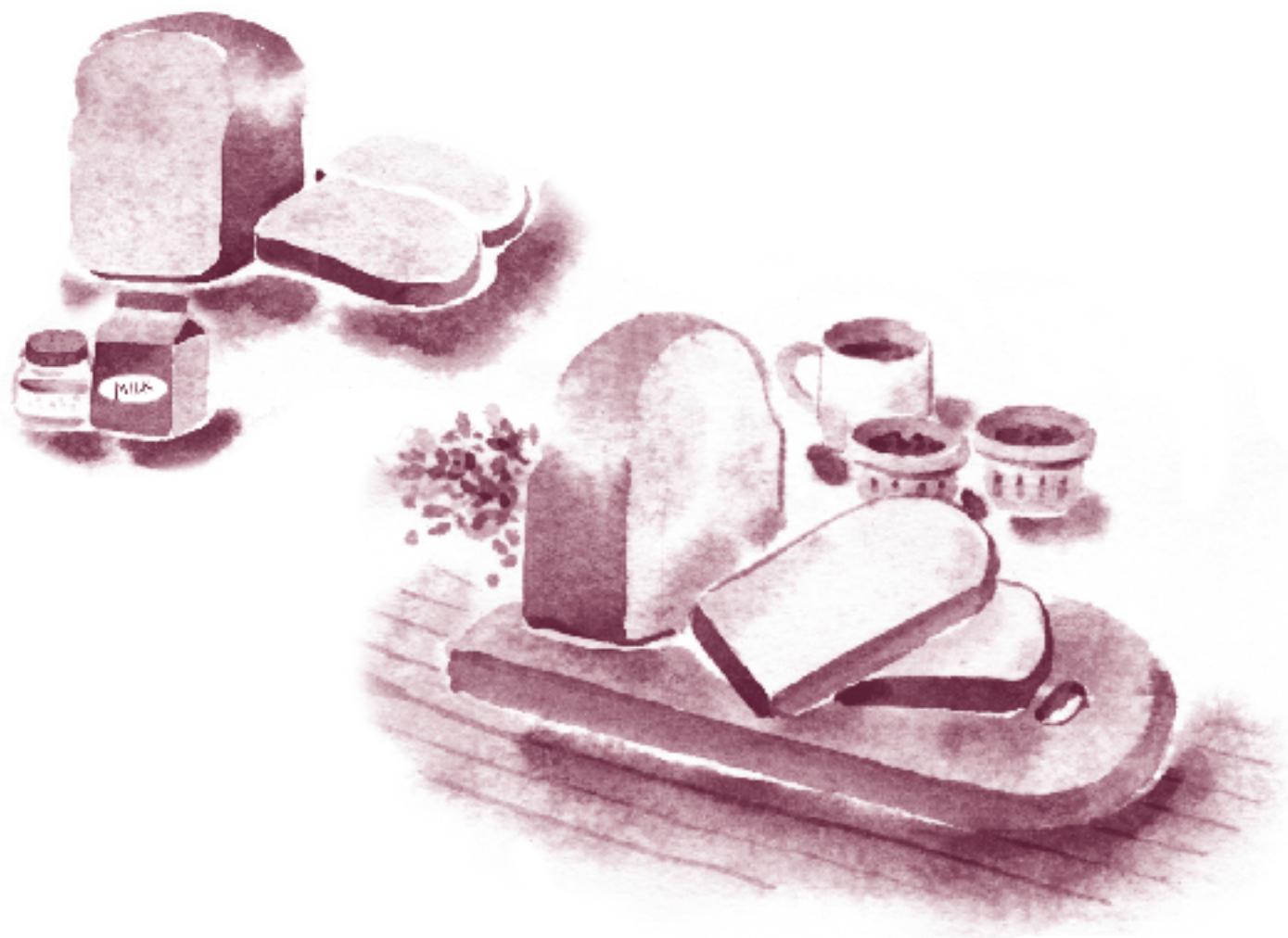
準備・パンを焼く

1 ハネをセットし、パンケースに材料を正確に計量し、入れる

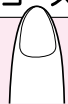
（材料の分量は各レシピを参照してください。）

1. ハネを取りつけ、水を入れます。
2. 生種を入れます。
3. 粉などの材料を入れます。

2 パンケースを入れ、ふたを閉める

1. パンケースを庫内中央に入れます。
2. パンケースを「しめる」の方向に回し、セットします。
3. ハンドルを倒し、ふたを閉めます。

3 通電する

差込みプラグをコンセントに確実に差し込みます。

4 スタートさせる

① 天然酵母コース キーを押し、コースを選びます。

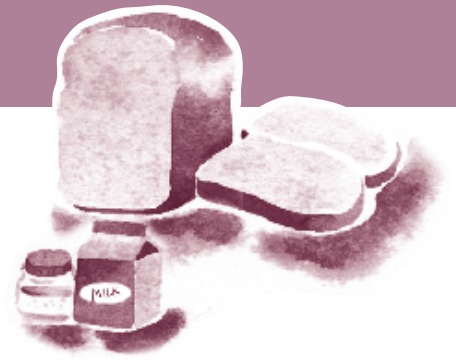
※「食パン」コースのみタイマーが使えます。（9ページ参照）

② 焼き色 キーを押し
「ふつう」・「うすい」
どちらかを選びます。

▶ふつう
うすい

③ スタート/とりけし キーを押します。
調理中が点灯し、ねかし工程の後、コネがスタートします。
スタートランプが点灯します。
※ねかし工程ではハネは回りません。
できあがりは焼き色（ふつう）7時間後（うすい）6時間50分後です。
（できあがりまでの残り時間を1分単位で表示します。）
◆タイマーを使う場合→9ページ「タイマーの使い方」をご覧ください。

※焼き上げ中は、本体が熱くなります。やけどをする恐れがありますのでご注意ください。
※途中で調理を中止する場合は スタート/とりけし キーを少し長めに押してください。

5〜7までの手順は、ドライイースト食パンコース（13ページ）をご覧ください。

天然酵母 食パンコース

つくり方： パンケースに、水＋生種＋基本材料＋追加材料の順に入れ、天然酵母食パンコースでつくります。

●基本メニュー

メニュー名		水		生種		基本材料		追加材料
天然酵母食パン	＝	水…200mL	＋	生種…約26g（大2）	＋	強力粉 …300g 砂糖 …16g（大2） 塩 …5g（小1）	＋	なし

※パンミックスでつくるときは……
基本材料をパンミックス（1斤用）1袋（330g）にしてください。

●穀物で繊維たっぷり

メニュー名		水		生種		基本材料		追加材料
全粒粉パン	＝	水…200mL	＋	生種…約26g（大2）	＋	強力粉 …270g 砂糖 …16g（大2） 塩 …5g（小1）	＋	全粒粉…30g
ライ麦パン	＝	水…200mL	＋	生種…約26g（大2）	＋	強力粉 …270g 砂糖 …16g（大2） 塩 …5g（小1）	＋	ライ麦粉…30g

天然酵母 食パンコース（具入り）

※具入りの場合、タイマーは使えません。

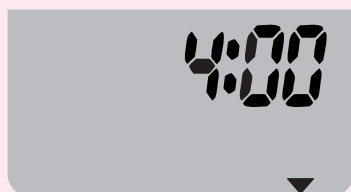
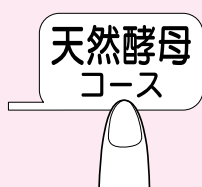
つくり方： **具入り**以外の材料を食パンと同じ要領でセットし、天然酵母食パンコースでつくります。
約30分後、ブザーが鳴ったら、ふたを開けて**具入り**の材料を生地の上に少量ずつ加え、ふたを閉めます。
※**具入り**の材料を一度に入れると、とび出すことがありますのでご注意ください。

メニュー名		水		生種		基本材料		具入り
ぶどうパン	＝	水…200mL	＋	生種…約26g（大2）	＋	強力粉 …300g 砂糖 …16g（大2） 塩 …5g（小1）	＋	干しぶどう…70g
くるみパン	＝	水…200mL	＋	生種…約26g（大2）	＋	強力粉 …300g 砂糖 …16g（大2） 塩 …5g（小1）	＋	くるみ（砕いたもの）…50g
ごまパン	＝	水…200mL	＋	生種…約26g（大2）	＋	強力粉 …300g 砂糖 …16g（大2） 塩 …5g（小1）	＋	黒ごま…9g（大1）
オレンジパン	＝	水…100mL オレンジジュース（100%）…100mL	＋	生種…約26g（大2）	＋	強力粉 …300g 砂糖 …16g（大2） 塩 …5g（小1）	＋	オレンジピール（みじん切り）…20g

天然酵母 パン・ピザ生地コース

1～3までの手順は、食パンコース（42ページ）をご覧ください。

4 スタートさせる

❶ 天然酵母コース のキーを押し、「**パン・ピザ生地**」を選びます。
4:00が表示されます。
※焼き色キーとタイマーは使えません。

❷ スタート/とりけし キーを押します。
調理中を表示し、ねかし工程の後、コネがスタートします。
※ねかし工程ではハネは回りません。
できあがりは4時間後です。（できあがりまでの残り時間を1分単位で表示します。）

※途中で調理を中止する場合は
スタート/とりけし キーを少し長めに押してください。

5 パンケースを取り出す

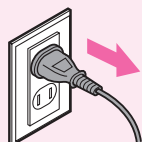
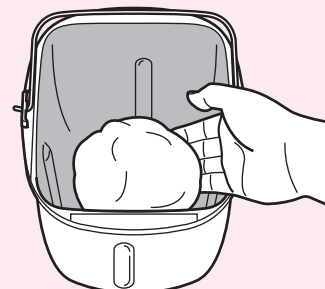
できあがるとメロディーが鳴り、できあがりが表示されます。スタート/とりけし キーを押し、ふたを開けて取り出します。

6 生地を取り出す

あらかじめ粉をふったこね板を用意しておき、パンケースの中で生地を中央にまとめ、こね板の上に取り出します。

※生地は底のほうからていねいに持ち上げて取り出してください。
※ハネが生地についてくることがありますので、取り出してください。

7 使用後は

差込みプラグを持って、コンセントから抜きます。

8 生地の成形から焼き上げまで

お好みに成形してオーブンで二次発酵・焼き上げを行ってください。

天然酵母 パン・ピザ生地コース

つくり方：パンケースに、水＋生種＋基本材料＋追加材料の順に入れ、天然酵母パン・ピザ生地コースでつくります。
※生地ができあがった後の詳しいつくり方は、ドライイーストコースの各ページを参照してください。

●パン生地

メニュー名		水		生種		基本材料		追加材料
バターロール（約14個分） ※つくり方P.21参照	＝	牛乳…100mL 卵…50g（中1個）	＋	生種…約26g（大2）	＋	強力粉…300g 砂糖…24g（大3） 塩…3.3g（小⅔） バター…60g	＋	なし
フランスパン風バリエ（約8個分） ※つくり方P.24参照	＝	水…170mL	＋	生種…約26g（大2）	＋	強力粉…230g 薄力粉…60g 塩…3.3g（小⅔）	＋	レモン汁…3mL（小½強）
クロワッサン（約12個分） ※つくり方P.25参照	＝	水…110mL 卵…50g（中1個）	＋	生種…約26g（大2）	＋	強力粉…280g 砂糖…30g スキムミルク…12g（大2） 塩…3.3g（小⅔） バター…30g	＋	なし
全粒粉バンズ（約10個分） ※つくり方P.27参照	＝	水…170mL	＋	生種…約26g（大2）	＋	強力粉…200g 砂糖…16g（大2） スキムミルク…6g（大1） 塩…3.3g（小⅔） バター…30g	＋	全粒粉…90g

●ピザ生地

メニュー名		水		生種		基本材料		追加材料
ピザ生地（ヘビータイプ）直径約20cm3枚分 ※つくり方P.29参照	＝	水…165mL	＋	生種…約26g（大2）	＋	強力粉…240g 薄力粉…40g 砂糖…8g（大1） 塩…5g（小1）	＋	ショートニング…12g
ピザ生地（クリスピータイプ）直径約20cm4枚分 ※つくり方P.29参照	＝	水…130mL	＋	生種…約26g（大2）	＋	強力粉…200g 薄力粉…80g 塩…1.2g（小¼）	＋	オリーブ油…24g（大2）

お手入れ

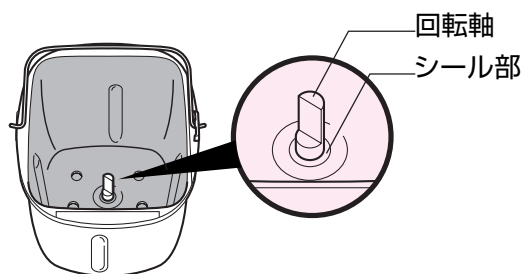
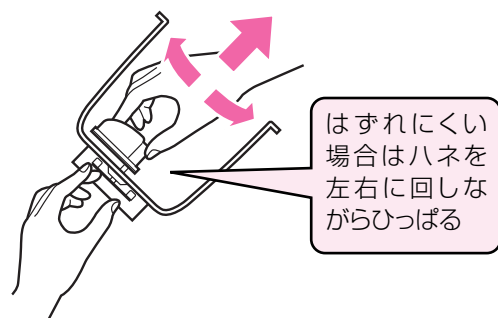
※お手入れをされるときは、差込みプラグを抜き、本体が冷えてから行ってください。
※お手入れは、使用するたびに、使用後は早目に行ってください。

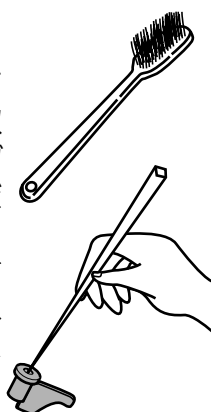
本体・ふた

●かたく絞ったふきんでふき取る
※水につけたり、かけたりしないでください。（故障の原因になります。）
※ふたは、はずせますが、丸洗いはしないでください。（内部に水がたまり、異臭やパンがうまくできない原因になります。）
※庫内に落ちたカスなどは早目にふき取ってください。

パンケース

1. 水または、ぬるま湯を入れてハネについた生地をふやかし、ハネをはずす
   ※パンケースに水を入れたまま放置したりパンケースごと水につけないでください。（腐食したり回転軸が回らなくなることがあります。）

2. 台所用洗剤を浸したスポンジで洗う
   ※下部は水の中につけないでください。
   汚れはかたく絞ったふきんでふき取ってください。
   （サビや故障の原因となります。）
3. 回転軸についたカスをシール部に傷をつけないようスポンジで洗う

ハネ

●スポンジなどで洗う
※穴にカスがつまったら、水または湯につけてから割りばしなどで取り除き、柔らかい歯ブラシなどで洗ってください。
※お手入れ後は、なくさないようパンケースに取りつけておいてください。

容器（計量カップ）

●スポンジなどで洗う

生種つくりの失敗を防ぐために

●生種つくりの容器は使用するたびに洗ってください。
●生種が残りやすい隅々は、ていねいに洗ってください。→生種が残っていると雑菌が繁殖して腐敗し、次の生種つくりがうまくできません。

雑菌が繁殖してしまった場合

1. 薄めた台所用塩素系漂白剤につける
2. よくすすぐ

パンケース・ハネのフッ素加工について

■フッ素加工面をいためないために
●金属へら、ナイフ、フォークなどのかたいものは使わないでください。
●みがき粉、たわし、スポンジのナイロン面、金属製のものを使わないでください。
●ご使用ごとにお手入れしてください。

※お使いいただいているうちに、水分や蒸気の作用により多少色むらが表われることがありますが、使うときの便利さや、パンの焼き上がりには影響ありませんので、そのままご使用ください。

注意

●ベンジン、シンナー、みがき粉、たわし、化学ぞうきんは使わないでください。
（本体やパンケースなどを傷つける原因になります。）
●食器洗浄機や食器乾燥機は使わないでください。
（故障や変形、変色の原因になります。）

保存するときは

●ふたは、必ず閉めてください。また、ふたの上に物をのせないでください。
●パンケース、ハネを十分に乾燥させてください。

パンづくりのQ&A

できあがりについて

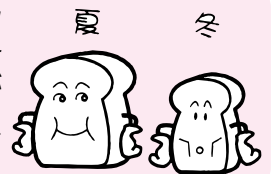
Q1 食パンの外の皮がかたいように思うのですが?

A1 歯ごたえのあるかたさのパンが焼き上がるようにしています。人肌程度に冷めてから、ビニール袋に入れておくとやわらかくなります。
※皮がやわらかく焼けるソフト食パンコースもおためしください。

Q2 パンの高さ、形が作るたびに異なるのは?

A2 パンはとてもデリケートです。同じように焼いても膨らみ方や焼き色が多少違ってきます。室温や材料の配合･質･温度･タイマーの設定時間にも影響をうけます。

Q3 パンの仕上がりが、時期によって変化するのは?

A3 夏場は、膨らみすぎたり中央部が陥没したパンになる可能性があります。また、冬場は、膨らみの悪いパンになる可能性があります。水の温度を20℃程度にすると改善される場合があります。

Q4 パンの角に小麦粉がついているのは?

A4 パンケースの角に少し小麦粉が混ざらないで残る場合があるためです。パンについた小麦粉はナイフなどで取り除いてお召し上がりください。

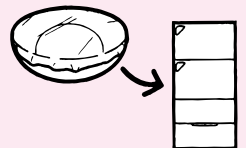
Q5 ケーキコースでつくったケーキの角に小麦粉などがついているのは?

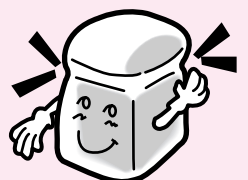
A5 ケーキコースで材料を入れる際には必ず手順どおりに入れてください。また、具入れ･粉落としのブザーが鳴ったら必ず、ゴムヘラなどで周囲に残った小麦粉などを十分に落としてください。

Q6 生地づくりの時ベタベタして扱いにくいときは?

A6 室温や水温などの状況により、生地がややべたつくことがあります。この場合は冷水を使い、打ち粉の回数をやや多めにしてください。

Q7 クロワッサンがうまくできないのですが?

A7 生地が冷えていないとバターがうまく折り込めず、きれいな層になりません。生地を冷蔵庫でよく冷やしてください。

Q8 パンの上部がさけたようになるのは?

A8 見た目には良くない場合もありますがふっくらとカマ伸びしたパンができたときにこのような状態になることがあります。

材料について

Q9 卵を入れたパンはできますか?

A9 できます。
卵の量だけ水を減らすとつくることができます。計量カップに卵を入れ、その上に水を加えて計量します。腐敗防止のため、タイマーは使わないでください。

Q10 国産小麦でつくった小麦粉でパンをつくりたいのですが?

A10 パンづくりには、タンパク質(グルテン)量の多い強力粉が適しています。国産小麦の強力粉はグルテン量が少なめのものが多く、銘柄や収穫時期によってもグルテン量が異なるため、パンの膨らみ方に差がでます。

Q11 自家製の天然酵母は使えますか?

A11 発酵力が不安定になりがちでうまくできません。比較的発酵力が安定している「ホシノ天然酵母パン種」をお使いください。

Q12 天然酵母パン種や生種の保存方法は?

A12 天然酵母パン種 高温に弱いため、しっかり密封して冷蔵庫で保存し、賞味期限までに使ってください。
生種 容器に入れたままラップをして冷蔵庫で保存し、1週間以内で使い切ってください。

その他

Q13 一般のパンづくりの本の分量でつくれないのでしょうか?

A13 この「お料理ノート」に記載の分量は、このホームベーカリーに適した分量なので、違った分量でつくるとうまくできないことがあります。なるべく「お料理ノート」どおりにしてください。

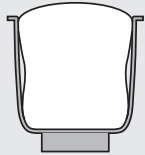
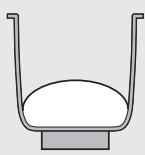
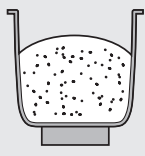
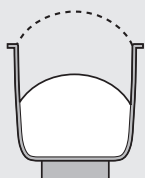
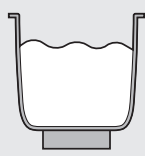
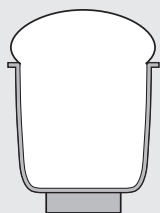
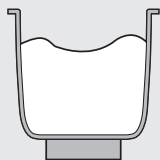
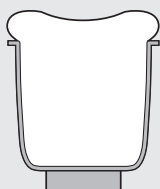
Q14 なぜ13時間以上のタイマーがセットできないのですか?

A14 あまり長時間おくと材料が腐敗したり、生地が変質したり、パンのできあがりが悪くなることがあるためです。

Q15 パンの臭いが気になるのですが?

A15 ドライイーストが多すぎたり古い小麦粉や臭いがする水を使用すると、パンの臭いが悪くなることがあります。新鮮な材料、きれいな水をお使いください。

こんなパンが焼けたときは

	パンの状態	原　因
焼き色	パンの焼き色が濃い	●砂糖の量が多すぎませんか。砂糖または糖分のある材料を減らしてみてください。（レーズンやドライフルーツなど） ●焼き上がったパンをすぐに取り出しましたか。 焼き上がったらできるだけ早くパンを取り出してください。 ※焼き色（うすい）もおためしください。
へこんでいる	側面が大きくへこんでいる	●焼き上がったパンをすぐに取り出しましたか。 焼き上がったらできるだけ早くパンを取り出してください。
膨らんでいない	全体が白くダンゴ状になっている	●ドライイーストを入れ忘れませんでしたか。 ●途中で停電しませんでしたか。
	生地全体に粉がついている	●ハネをつけ忘れていませんか。 ●ハネがしっかりと取りつけられずに、浮いていませんでしたか。
膨らみが足りない	高さが低い	●水の量が少なすぎませんか。 ●粉の量が少なくありませんか。 ●強力粉を使っていますか。強力粉のかわりに全粒粉やライ麦粉などを使いますと、高さの低いパンや重たいパンになります。 ●粉が古くないですか。 ●ドライイーストの量が少なすぎませんか。 ●ドライイーストは予備発酵のいらないものを使っていますか。 ●ドライイーストは古くないですか。 ●生種の量が少なすぎませんか。 ●生種は古くないですか。
	上部が凸凹になっている 形が悪い	●水の量が少なすぎませんか。 ●粉の量が多くありませんか。 （ただし、丸め時に生地がかたよって形がいびつになることがあります。）

パンの状態		原　因
膨らみすぎている	膨らみすぎている 生地のキメが粗い 上部がマッシュルームのような形になっている 	●水の量が多すぎませんか。 ●ドライイーストの量が多すぎませんか。 ●生種の量が多すぎませんか。 ●生地の量が多すぎませんか。 ●塩を省きませんでしたか。 ●砂糖を入れすぎていませんか。 ●材料が温かかったり室温が高くありませんか。 材料は冷やしたものを、また水は冷水を使ってください。 標高1,000mを超える地域では、膨らみすぎることがあります。
くぼんでいる	外側は焼けているが上部が大きくくぼんでいる 	●水の量が多すぎませんか。 ●粉の量が少なすぎませんか。 ●強力粉を使っていますか。 ●粉が古くないですか。 ●ドライイーストが多すぎませんか。 ●ドライイーストは予備発酵のいらないものを使っていますか。 ●ドライイーストは古くないですか。 ●生種が多すぎませんか。 ●生種は古くないですか。 ●材料が温かかったり室温が高くありませんか。 材料は冷やしたものを、また水は冷水を使ってください。
	上部が白くフニャフニャでくぼんでいる 	●生地の量が多すぎませんか。 決められた容量を超えていませんか。
その他	重いパンになっている キメがつまっている	●水の量が少なすぎませんか。 ●粉の量が多すぎませんか。 ●ドライイースト、生種の量はレシピどおりですか。 ●全粒粉のライ麦を使ったり、ドライフルーツやその他の材料を余分に入れすぎたりしていませんか。 全粒粉などを半分減らして、かわりに強力粉を入れてみてください。
	切ったパンの表面がダンゴ状になっている	●パンを人肌程度まで冷ましてから切りましたか。

「故障かな?」と思ったら

症　状	原　因
キー操作ができない	●差込みプラグが抜けていませんか? →差込みプラグをコンセントに差し込んでください。

スタート/とりけし キーを押すと

症　状	原　因
ピーッとブザーが鳴り「庫内高温」を表示する	●連続使用で庫内が高温(40℃以上)になっていませんか? →ふたを開けて、庫内を十分に冷やしてください。
動かない(コネない)	●「ねかし」表示時は、材料の温度調節のため、コネません。 →故障ではありません。

調理中に

症　状	原　因
「3:30」が点滅表示されている	●停電がありませんでしたか? →新しい材料でつくり直してください。
使用中やタイマー中に音がする	●生地のコネ時やまるめ時には「ウォン、ウォン」とモーターの回る音がします。 →異常ではありません。
動作中にカタカタと大きな音がする	●パンケースがはずれていませんか? →パンケースを正しくセットしてください。
蒸気口から、わずかに煙が出たり焦げ臭い	●ヒーターの上や庫内に材料やパンくずなどがこぼれていませんか。 →故障ではありません。使用後は必ずお手入れしてください。(お手入れは必ず本体が冷めてから行ってください。)
「E:01」と表示される	●温度センサーの故障です。 →お買い上げの販売店に修理をご依頼ください。

仕様・アフターサービスについて

仕様

項目		仕様
定格電圧		交流100V
定格周波数		50/60Hz共用
消費電力	ヒーター	450W
	モーター	86/83W　50/60Hz
外形寸法（cm）		幅 約21.5×奥行 約28.5×高さ 約31
質量		約5.6kg
タイマー		最長13時間（食パン・ソフト食パン・フランスパン）
粉（小麦粉）の容量		食パン　290g
		バターロール　300g
電源コード		約1.2m
温度ヒューズ		172℃
定格電力		450W

アフターサービスについて

1 保証書の内容のご確認と保存のお願い。

必ず「販売店印およびお買い上げ日」をご確認のうえ、お買い上げの販売店から受け取り、内容をよくお読みのうえ、大切に保存してください。

2 保証期間は、お買い上げ日より1年間です。

3 修理を依頼されるとき

≪保証期間中≫
製品に保証書を添えて、お買い上げの販売店にご持参ください。保証書の記載内容に基づき修理させていただきます。
≪保証期間を経過しているとき≫
お買い上げの販売店にご相談ください。修理によって機能が維持できる場合は、お客様のご要望により有料修理させていただきます。販売店にご依頼にならない場合には、別紙のお客様ご相談窓口にご連絡ください。

4 弊社は、このホームベーカリーの補修用性能部品を、製造打切後6年保有しています。

●性能部品とは、その製品の機能を維持するために必要な部品です。

5 修理料金の仕組み

修理料金は、技術料、部品代などで構成されています。
技術料 は、診断・故障箇所の修理および部品交換・調整・修理完了時の点検などの作業にかかる費用です。
部品代 は、修理に使用した部品および補助材料代です。

6 上記の内容についての詳細、贈答・転居の場合など、その他、製品に関するお問い合わせ、ご質問がございましたら、お買い上げの販売店または、別紙のお客様ご相談窓口までお気軽にご相談ください。

使い方・お買い物のご相談は

お客様ご相談センター

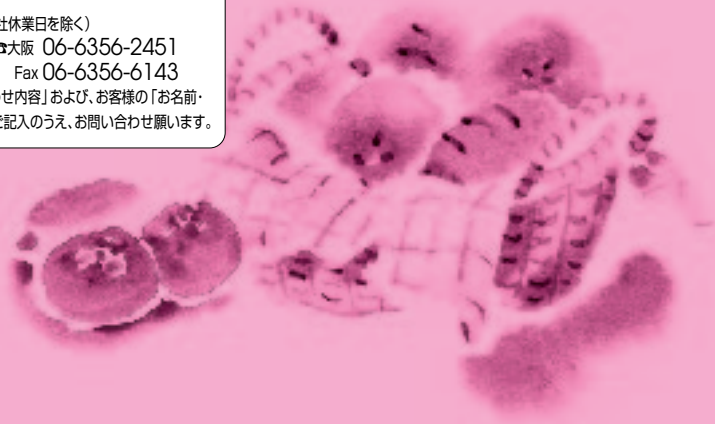
0570-011874

市内通話料でOK ナビダイヤル　市内通話料金でご利用頂けます

受付時間 9:00〜17:00
月曜日〜金曜日（祝日、弊社休業日を除く）

携帯電話・PHSの方はこちらへ　☎大阪 06-6356-2451

●ファクシミリでのお問い合わせ　Fax 06-6356-6143

ご愛用の製品の「品番・お問い合わせ内容」および、お客様の「お名前・ご住所・お電話番号・Fax番号」をご記入のうえ、お問い合わせ願います。

お客様ご自身で修理されたり、手を加えたりすることは危険です。絶対にしないでください。

愛情点検

長年ご使用のホームベーカリーの点検を！

こんな症状はありませんか	
	●ご使用中、電源コード・差込みプラグが異常に熱くなる。 ●焦げくさいにおいがする。 ●製品の一部に割れ、がたつき、ゆるみがある。 ●その他の異常や故障がある。

お願い	
	こんな症状のときは、故障や事故の防止のため、必ず販売店に点検（有料）をご相談ください。

象印マホービン株式会社

〒530-8511　大阪市北区天満1丁目20番5号　☎(06)6356-2391

BB-HS型 ⓒⓑ